Explicación del método de oración

De San Juan Bautista de la Salle

Introducción

Capítulo 1

De la oración en general y de la disposición del alma para la oración

1 Oración mental es una ocupación interior, esto es, una aplicación del alma a Dios.

2 Llámase oración mental,

1.-para distinguirla de la vocal, que es, en parte, una ocupación del cuerpo, puesto que se expresa por la boca, tanto como debe hacerse por la mente, que [siempre] debe aplicarse a ella.

2.-Llamase interior porque no es tan sólo una ocupación de la mente, sino que lo es de todas las potencias del alma; y también porque, para ser del todo pura y fructuosa, se ha de hacer en el fondo del alma, es decir, en la parte más secreta del alma.

4 Puesto que, si se mantuviera simplemente en el entendimiento o en la superficie del corazón, estaría expuesta a muchas distracciones humanas y sensibles, que estorbarían el fruto de ella; y si esta ocupación del espíritu no penetrara, no sería sino pasajera, y dejaría luego, por consiguiente, el alma seca y vacía de Dios.

5 Llámase a la oración mental una ocupación interior, porque en ella se ocupa el alma en lo que le es propio en esta vida, esto es, en conocer a Dios y amarle, y emplear todos los medios necesarios para conseguir estos dos fines.

6 Pero la principal ocupación del alma en la oración verdaderamente interior es llenarse de Dios y unirse interiormente a El; lo cual es para ella una especie de aprendizaje y un goce anticipado, por medio de la fe viva, de lo que hará en la eternidad. Por este motivo se llama a la oración aplicación del alma a Dios.

7 La Oración consta de tres partes:

La primera parte es la disposición del alma para la oración, llamada propiamente recogimiento.

La segunda es la aplicación al asunto de la oración.

La tercera es la acción de gracias al fin de la oración.

8 Se dice que la primera parte es la preparación del alma para la oración, porque el espíritu del hombre, ocupado ordinariamente, casi todo el día, en cosas de suyo exteriores sensibles, sale por ello, en cierto modo, fuera de si mismo, se contagia un poco, por así decir, de las cualidades que tienen las cosas que le rodean.

9 De ahí resulta que cuando el espíritu se quiere aplicar a la oración hay que principiar por retirarle completamente de la aplicación a las cosas exteriores y sensibles, y no aplicarse sino a las espirituales e interiores.

Por ello hay que comenzar por aplicarse a la presencia de Dios, y los actos de la primera parte sirven para mantener y ocupar siempre el espíritu en esa presencia, mientras duran.

10 Y así sucede que esta primera parte dispone a la oración, en cuanto que la aplicación a la presencia de Dios, a la cual se ha aplicado inicialmente, y los actos de la primera parte ayudan a mantenerla de continuo en el espíritu, retira a éste de las cosas exteriores para no ocuparle sino en el objeto, cuya aplicación es la única capaz de retener el espíritu dentro de sí mismo y hacerlo, por lo tanto, interior.

11 Pues la aplicación a Dios tiene esto de peculiar que, siendo incompatible con la aplicación a las cosas exteriores y sensibles, porque Dios es espiritual, y no pudiendo siquiera avenirse con la aplicación a las criaturas espirituales, porque Dios se halla infinitamente por encima de las cosas criadas, por más desprendidas que estén de la materia y por más perfectas que sean, en la medida que ocupa la mente, en la misma rechaza de ella la aplicación a las criaturas.

Y, por consecuencia necesaria, cuanto más se ocupa un alma de Dios, tanto más se desprende de la ocupación a las criaturas, y, por ende, del apego y afecto que antes les tenía, porque así como lo uno produce lo otro, así también la falta de lo uno en un alma causa necesariamente la privación de lo otro.

12 Y así es como, insensiblemente el alma, al llenarse de Dios, se desprende de las criaturas, y se hace anterior, por la desocupación y desprendimiento de las cosas sensibles y exteriores.

13 Por esta razón también, se llama recogimiento a la primera parte de la oración mental, porque sirve para desocupar la mente de las cosas exteriores, y llamarla y mantenerla dentro de sí, y por consiguiente, para recoger el alma por medio de la aplicación a Dios y a las cosas puramente interiores.

Capítulo 2

Explicación del modo de ponerse en la presencia de Dios

14 Lo primero, pues, que debe hacerse en la oración, es penetrarse interiormente de la presencia de Dios; lo cual ha de hacerse siempre por un sentimiento de fe, fundado en algún pasaje de la Sagrada Escritura.

15 Se puede considerar a Dios presente de tres modos distintos: primero, en el lugar en que nos hallamos; segundo, en nosotros mismos; tercero, en la iglesia.

16 Cada una de estas tres maneras de considerar a Dios presente puede dividirse en otras dos maneras, a saber:

Se puede considerar a Dios en el lugar en que uno está: primero, porque está en todas partes; segundo, porque en cualquier lugar donde están reunidas dos o tres personas en nombre de Nuestro Señor, hállase en medio de ellas.

Puede considerarse a Dios presente en sí mismo de dos maneras: primero, como estando en nosotros para hacernos subsistir; segundo, como estando en nosotros por su gracia y por su Espíritu.

Se puede, en fin, considerar a Dios presente en la iglesia: primeramente, porque es la casa de Dios; segundo, porque Cristo Nuestro Señor está allí presente en el Santísimo Sacramento del altar.

Primer modo de ponerse en la presencia de Dios, a saber: considerando a Dios presente en todas partes

17 Primero, se puede fácilmente considerar a Dios presente en el lugar donde uno esta, penetrándose interiormente del sentimiento de David, en el salmo 138:

¿Adónde iré, oh Señor,

que me aleje de tu espíritu?

¿Y adónde huiré

que me aparte de tu presencia?

Si subo al cielo,

allí estás Tú.

Si bajo al abismo,

allí te encuentro.

Si fuere a posar en el último extremo del mar,

allá igualmente me conducirá tu mano,

y me hallaré bajo el poder de tu diestra.

De donde fácilmente se colige que David nos quiere dar a entender en ese pasaje, que a cualquier parte que vayamos, por apartada y oculta que esté a los ojos de los hombres, allí se encuentra siempre a Dios, y que es imposible huir de su presencia.

18 Esto mismo ha de considerar cada cual, sobre todo cuando se halla tentado de ofender a Dios, fijándose en lo que decía Susana cuando fue solicitada por aquellos dos ancianos: Mejor es para mí caer en vuestras manos sin ofender a Dios, que pecar en la presencia de mi Dios.

Y diciéndose a sí mismo, como aquella santa mujer, más vale para mí ser tentado y atormentado por el demonio, que pecar en la presencia de mi Dios, puesto que en ningún lugar me puedo esconder a sus ojos.

19 El modo de ponerse en la presencia de Dios, considerándole presente en el lugar en que estamos, puede producir en nosotros tres frutos principales.

20 El primero es mantenerse fácilmente en el recogimiento y atención a la presencia de Dios, sea que andemos o que estemos, quietos en algún lugar, aun en los de más distracción.

21 El segundo es impedirnos el ofender a Dios cuando estamos tentados o nos hallamos en alguna ocasión de caer en pecado, pues si es cierto que nos avergonzaríamos de decir alguna palabra o de hacer alguna acción que pudiesen ofender a alguna persona digna de nuestro respeto, con cuánta más razón debemos temer ofender a Dios en su presencia, siendo, como es, tan grande su bondad y su amor para con nosotros.

22 El tercer fruto es inspirarnos confianza en Dios, pues el pensamiento de que estamos en su divina presencia en el mismo lugar en que entonces nos encontramos, nos sostendrá contra las tentaciones y nos librará de ellas.

Mis ojos, decía David en el salmo 24,

están siempre vueltos al Señor

para que impida que mis pies caigan en la trampa.

Si anduviera, dice en el salmo 22,

en medio de las sombras de la muerte,

(esto es del pecado, que da la muerte al alma),

no temeré ningún mal, ¡oh, Dios mío!,

porque Vos estáis conmigo.

Tenía siempre al Señor delante de mí, dice en el salmo 15, como quien está a mi diestra

para sostenerme.

23 ***Pueden ejercitarse del modo siguiente, conforme a la manera indicada de ponerse en la presencia de Dios:***

a ¡Cuán dichoso soy, oh Dios mío,

de teneros siempre presente,

en cualquier lugar adonde vaya, o en que esté!

b Si mi sensibilidad siente desagrado por algún lugar,

¿podría mi espíritu disgustarse en él,

ya que, estando Vos presente allí,

puedo de continuo pensar en Vos?

c El estar siempre en vuestra presencia

y pensar en Vos

es una anticipación de la dicha del Cielo.

d Os suplico, Dios mío, me concedáis esa gracia,

y no permitáis que yo haga nada que os desagrade,

pues no puedo prescindir de Vos

para hacer bien alguno.

e Mantened mi entendimiento tan recogido y con tanta atención en Vos, que nada exterior pueda distraerle.

Segundo modo de ponerse en la santa presencia de Dios en el lugar en que uno está: considerando a Cristo Nuestro Señor en medio de los que están reunidos en su nombre.

24 Se puede considerar a Dios presente en el lugar en que se está recordando lo que Nuestro Señor dice en el Evangelio de San Mateo, capítulo 18, que cuando dos o tres personas están reunidas en su nombre, El está en medio de ellas.

25 ¿No es una gran dicha el que, estando uno reunido con sus Hermanos, ya para hacer oración, ya para cualquier otro ejercicio, tenga la seguridad de estar en compañía de Nuestro Señor, y que El está en medio dé los Hermanos?

26 Está en medio de ellos para darles su santo Espíritu, y para dirigirlos por él en todos sus actos y toda su conducta.

27 Está en medio de ellos para unirlos, cumpliendo por sí mismo lo que pidió por ellos a su Padre antes de su muerte con estas palabras de San Juan, capítulo 17: Haz que todos sean una misma cosa en nosotros como tú, Padre, y yo somos uno; y para que sean consumados en la unidad, es decir, que todos sean de tal modo uno y tan unidos entre sí, por la unidad de un mismo Espíritu, que es el Espíritu de Dios, que jamás puedan desunirse.

28 Jesucristo está en medio de los Hermanos en sus ejercicios para darles el espíritu de su estado, y para mantenerlos y afianzarlos en la posesión de ese espíritu, que es para ellos el principio y firme seguridad de su salvación, si lo poseen siempre sólidamente y sin alteración.

29 Jesucristo está en medio de los Hermanos para enseñarles las verdades y las máximas del Evangelio; para infundirlas profundamente en el corazón de cada uno, y para inspirarles que hagan de ellas la regla de su vida; para hacérselas comprender, y para darles a conocer cómo han de ponerlas en práctica del modo más acepto a Dios y más conforme con su vocación.

30 Jesucristo está en medio de los Hermanos para moverlos a que practiquen todos con uniformidad en su Sociedad las mismas máximas del Evangelio, a fin de que conserven siempre entre sí entera y perfecta unión.

31 Jesucristo está en medio de los Hermanos en sus ejercicios a fin de que todas sus acciones vayan dirigidas a Cristo como a su centro, y para que todos ellos sean uno en El por la unión que estas acciones tengan con Jesucristo, que opera en ellos y por ellos.

32 Jesucristo está en medio de los Hermanos en sus ejercicios para darles acabamiento y perfección; pues Jesucristo es, con respecto a ellos, como el sol, que no sólo comunica a las plantas la virtud de producir, sino que da también a los frutos la bondad y perfección, que es mayor o menor según estén más o menos expuestos a los rayos del sol. Así es como los Hermanos hacen sus ejercicios y las acciones propias de su vocación con mayor o menor perfección, en proporción de la mayor o menor referencia, convergencia y unión con Jesucristo.

33 El modo de ponerse en la presencia de Dios, considerando a Jesucristo en medio de nosotros, puede producir tres diferentes frutos.

34 El primero es que todas nuestras acciones se refieran a Cristo, y tiendan a El, como a su centro, y saquen toda su virtud de El, como los sarmientos sacan su savia de la cepa; de modo que haya un movimiento continuo de nuestras acciones a Cristo y de Cristo a nosotros, puesto que El es quien les da el espíritu de vida.

35 El segundo fruto es hacernos contraer estrecha unión con Cristo, que vive en nosotros y en quien nosotros vivimos, como lo dice admirablemente el apóstol San Pablo; y éste es el motivo por el cual no podemos hacer nada sin Jesús, como El mismo lo dice, sino que Jesucristo es quien obra en nosotros, porque permanece en nosotros y nosotros permanecemos en El, gracias a lo cual producimos mucho fruto.

36 El tercer fruto que se saca de considerar a Cristo entre nosotros es que derrama en nosotros su Espíritu, según lo dice por uno de sus profetas, y, según dice Jesucristo, el mundo no puede recibir este Espíritu de verdad porque no le conoce.

Y es este mismo Espíritu Santo quien anima nuestras acciones y es en ellas un Espíritu de vida, y hace que no sean en nosotros acciones muertas, no sólo en cuanto acciones cristianas, sino tampoco en cuanto acciones propias de nuestra vocación y perfección, que piden en ellas una perfección particular.

37 ***Pueden ejercitarse del modo siguiente, según dicha manera de ponerse en la presencia de Dios***:

a ¡Cuánta dicha la mía, oh Dios mío,

la de hacer oración con mis amados Hermanos,

puesto que, según vuestras palabras,

tenemos la ventaja de teneros en medio de nosotros!

b Estáis presente, oh Jesús mío,

para derramar vuestro Espíritu sobre nosotros,

según lo decís por vuestro Profeta,

como lo derramasteis

sobre vuestros Apóstoles y primeros discípulos,

cuando estaban reunidos,

y perseveraban en la oración,

en una íntima unión de espíritu y de corazón

en el Cenáculo.

c Concededme también,

por vuestra presencia en medio de nosotros

reunidos para orar,

la gracia de tener íntima unión de espíritu y de corazón

con mis Hermanos,

y la de entrar en las mismas disposiciones

que los Santos Apóstoles en el Cenáculo.

d Para que, habiendo recibido vuestro divino Espíritu,

según la plenitud que me habéis destinado,

me deje dirigir por El

para cumplir los deberes de mí vocación

y me haga participar de vuestro celo

en la instrucción

de los que os dignéis confiar a mi solicitud.

38 Pueden hacerse reflexiones como éstas, respecto a los demás fines y frutos de este modo de ponerse en la presencia de Dios, considerando a Cristo en medio de nosotros reunidos para hacer oración.

Del primer modo de considerar a Dios presente en nosotros mismos, a saber: En cuanto no subsistimos sino en Dios

39 Se puede considerar a Dios presente en nosotros porque lo está para hacernos subsistir, según lo dice San Pablo en los Hechos de los Apóstoles, cap. 17, 28, con estas palabras: Dios no está lejos de cada uno de nosotros, porque en El vivimos, y nos movemos y somos.

40 En efecto, si tenemos el ser, el movimiento y la vida, es porque Dios está en nosotros y nos lo comunica, y aun [puede decirse que] para eso está en nosotros; de modo que si Dios cesara un momento de estar en nosotros y de darnos el ser, al punto volveríamos a la nada.

41 ¡Qué gracia, pues, nos concede Dios con hacer por sí mismo y por su residencia en nosotros, que seamos lo que somos! Por este motivo dice el mismo San Pablo que somos linaje de Dios, y san León, que hemos sido hechos participantes de la divinidad.

42 Por donde debemos entender y deducir al mismo tiempo que, puesto que somos linaje de Dios, y no vivimos sino porque El nos anima con su propia vida, debemos demostrar con nuestra conducta que efectivamente vivimos de la vida de Dios, y que no tenemos sino pensamientos que nos llenan de Dios y bajos conceptos de todas las cosas de este mundo, en cuanto a lo que tienen de exterior; y que, si algún aprecio hacemos de ellas, es sólo en cuanto las consideramos en Dios, penetrados como debemos estar que Dios está todo en todas las cosas, y de que todas las cosas no son nada sino en cuanto que Dios reside en ellas, y las penetra enteramente.

43 De donde resulta que injuriamos a Dios que mora en nosotros, cuando hacemos algo que le disgusta, y cuando empleamos nuestros sentidos en cosas prohibidas o tratamos de contentarnos a nosotros mismos en vez de contentar a Dios, único en quien debemos hallar todo nuestro gusto y completa satisfacción ya que se digna complacerse y llenarse de satisfacción al sostenernos y conservarnos el ser, por su residencia actual y continua en nosotros.

44 El modo de ponernos en la presencia de Dios, considerándolo en nosotros mismos en cuanto nos hace subsistir, puede producir en nosotros tres frutos principales:

45 El primero es satisfacer las necesidades del cuerpo con la [única] mira de que Dios viva en nosotros, de vivir de su vida y de vivir por El.

46 El segundo es no servirnos para ofenderle del movimiento que nos da, y que El tiene en nosotros continuamente, ni de las acciones que hace en nosotros y con nosotros, y que nosotros no hacemos sino por El.

47 El tercero es suplicarle a menudo que nos aniquile antes que permitir tengamos o haya en nosotros algún movimiento o alguna acción que no sea para cumplir los designios que tiene sobre nosotros, y para hacer su santa voluntad.

48 ***Puede uno ocuparse de la siguiente manera, conforme a este modo de ponerse en la presencia de Dios:***

a Vos estáis en mí, Dios mío,

y en todas las criaturas,

y todas ellas no subsisten sino por Vos,

y porque Vos residís en ellas.

b Haced, pues, que yo me sirva

de todos mis miembros

y de todo mi ser,

y que use de todas las demás criaturas

sólo para servicio vuestro.

c ¿Sería posible, Dios mío,

que sabiendo que moráis en mí

para hacerme subsistir,

me sirviera del ser y del movimiento que me dais

para ofendemos?

¡Conque, Dios mío,

Vos obráis en mí,

y yo obraría contra Vos;

y me serviría de la acción

que hacéis en mí y conmigo

contra Vos mismo!

d Destruid primero lo que hay de ser en mí, dejando

de residir en mí

y de obrar conmigo,

antes que consentir

en que yo cometa el menor pecado.

49 O bien:

a ¡Oh Dios mío!,

¡cuánta confianza y apoyo en Vos

ha de darme vuestra morada en mí!

Si anduviere [en medio de sombras de muerte],

dice el Profeta Rey, ningún mal temeré,

porque Tú estás conmigo.

El será, dice en otra parte,

quien desviará mis pies,

para evitar el lazo que les habían tendido.

El es, dice además,

quien enseñará a mis manos y a mis dedos

a hacer la guerra y a combatir.

b Eso es lo que me ha de inspirar, ¡oh Dios mío!,

vuestra presencia

y vuestra continua residencia en mis miembros:

hacer la guerra al pecado

y combatir contra el demonio,

con mis sentidos

y por medio del movimiento que con ellos me dais.

50 O de otro modo:

a ¿Cómo no he de sentirme movido

a pensar en Vos, ¡oh Dios mío!,

teniéndoos siempre conmigo, y en mí,

y no pudiendo hacer nada sino con Vos?

b Todas mis actividades han de ser otros tantos movimientos que me impulsen a levantar mi espíritu hacia Vos;

todos los movimientos de mi corazón

son otros tantos toques que le dais

para amonestarle a que sea todo vuestro.

c Dad a mi espíritu esos sentimientos,

y a mi corazón esos movimientos,

para que el uno se ocupe siempre en pensar en Vos,

y el otro no se incline a otra cosa sino a amaros, etc

Del segundo modo de considerar a Dios presente en nosotros mismos, a saber: Por su gracia y por su Espíritu

51 Puede considerarse a Dios presente en nosotros porque lo está por su gracia y por su Espíritu, según lo que dice Nuestro Señor en San Lucas, cap. 17:

El reino de Dios está dentro de vosotros;

pues por su Espíritu Santo reina Dios en nosotros; y reina, además, por la inhabitación de la Santísima Trinidad en nuestras almas, según lo que dice el mismo Cristo en San Juan, cap. 14, 23:

El que me ama guardará mi palabra,

y mi Padre le amará,

y vendremos a él,

y haremos mansión en él.

52 No hay en verdad cosa más provechosa, de la cual podamos gozar en este mundo, que tener a Dios presente en nosotros y que reine en forma absoluta, como un rey en sus dominios, y con entera dependencia por nuestra parte.

53 Por ese medio regula Dios todos nuestros movimientos interiores según su beneplácito, refrena todas nuestras pasiones, y se enseñorea de tal modo de nuestros sentidos, que no tienden hacia los objetos que les son propios, sino en cuanto lo exige la necesidad.

54 Aún más; siendo Dios el dueño de nuestro corazón por la aplicación interior que nos proporciona con su residencia en nosotros, es también causa de que, no manifestándose exteriormente nada de nuestro interior, viene a quedar todo nuestro exterior en una como suspensión: de donde se sigue que nuestros sentidos, por razón de nuestra continua aplicación interior, acaban por no tener casi operaciones [propias], porque los espíritus vitales que las animan son retenidos dentro de nosotros.

Y como todo nuestro interior está muy atento a la presencia de Dios y a su residencia en nosotros, nuestra alma descuida y aun llega a despreciar todo lo exterior, y a no importarle sino lo que pasa en ella, y así hace que Dios reine plenamente en ella, según lo que dice el autor de la Imitación de Cristo en el primer capítulo del segundo libro: Aprende a menospreciar las cosas exteriores y a darte a las interiores, y verás que viene a ti el reino de Dios.

55 Reinando así Dios en un alma, tiene ésta el honor, dice San Pablo (2 Cor 6, 16), de ser el templo de Dios. Sois, dice, el templo de Dios vivo, como dice El mismo: Yo moraré en ellos, y andaré entre ellos. Y seré el Dios de ellos, y ellos serán mi pueblo.

56 El propio cuerpo que esa alma anima, según expresión del mismo San Pablo (1 Cor 6, 19), viene a ser el templo del Espíritu Santo: ¿No sabéis que vuestros miembros son templo del Espíritu Santo, que habita en vosotros, el cual habéis recibido de Dios, y que ya no os pertenecéis?

57 Lo cual está patente, puesto que todo el hombre, el alma y el cuerpo, son de Dios, porque son, como lo dice el mismo Santo, en la citada epístola (cap. 3, 16), el templo de Dios, y la morada del Espíritu Santo: ¿No sabéis, añade, que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros?

58 Débese, pues, con gran cuidado no profanar este templo, ni destruirlo, desterrando a Dios y a su Espíritu Santo de nuestro corazón, porque si alguno, dice el mismo San Pablo (versículo 17 del mismo cap. 3), destruyere el templo de Dios, Dios le destruirá. Porque el templo de Dios, que sois vosotros, santo es.

59 La idea de que somos templo de Dios y del Espíritu Santo debe excitarnos a pensar que estamos obligados a vivir con gran santidad, y que no sólo debemos abstenernos de manchar nuestra alma con ningún vicio, sino que además estamos obligados a cuidar de un modo muy particular de adornarla con toda clase de virtudes, porque el Espíritu Santo no se complace sino en las almas que las poseen. Por eso decía Santa Lucía que los cuerpos castos son templos del Espíritu Santo.

60 Dios, que se complace en esas almas, gusta de enseñarles los caminos por donde quiere que vayan para ser del todo suyas, y por medio de su Espíritu Santo penetrar, dice San Pablo, lo más oculto que hay en Dios.

61 Ese mismo divino Espíritu derrama en las almas que le poseen tal plenitud y abundancia de gracias, que se dejan fácilmente dirigir y encaminar por el mismo Espíritu, y pierden todo afecto

humano a las cosas criadas, guardando toda su afición para Dios, a quien poseen interiormente, y para todo lo que al mismo Dios se refiere.

62 ***Se puede uno ocupar interiormente del modo que sigue, conforme a la manera de considerar a Dios presente en nosotros por su Espíritu y por su gracia, o como en su templo:***

a ¡Qué bondad la vuestra, Dios mío,

al darme vuestro divino Espíritu!

Sin duda

es para conducirme y dirigirme en mis acciones.

b Tal es vuestro designio,

que no haga nada

que no sea por moción de vuestro divino Espíritu,

que no tenga más sentimientos

que los que me inspirare vuestro Espíritu,

y que sólo tenga afectos

conforme a los vuestros;

que sea

por vuestro divino Espíritu

penetrado y ocupado de Vos,

y vacío de las criaturas; porque este Espíritu Santo no nos descubre en las criaturas

más que lo que tienen de Vos,

para destruir enteramente en nosotros

toda idea que pudiéramos tener de ellas,

que impidiera

el que nos viéramos llenos y penetrados de Vos.

c Venid, pues, Espíritu Santo,

a poseer mi corazón,

y animar de tal modo todas mis acciones,

que se pueda decir que las producís más bien Vos que yo,

y que ya no tenga vida, ni movimiento, ni acción,

sino en cuanto Vos mismo me los dais.

d Dichoso aquel que ya no vive ni obra

sino por el Espíritu de Dios:

de ese tal se puede decir

que ya no vive él sino que Cristo,

o más bien el Espíritu Santo,

vive en él

63 ***Modo de ocuparse en la oración considerando a Dios presente en nosotros mismos como en su templo***.

a ¡Cuán dichoso debo considerarme, oh Dios mío,

cuando pienso que soy templo vuestro,

y que Vos mismo me aseguráis esta verdad!

No es necesario, pues, que vaya muy lejos

a adoraros y rendiros acatamiento.

Bástame para ello que entre dentro de mí mismo

para tributaras en mi alma,

como en vuestro templo vivo,

los homenajes que os debo.

b Este templo, oh Dios mío, es muy diferente

de los que edifican los hombres,

pues si es vuestro,

y digno de recibimos y conteneros,

se debe a que Vos mismo lo edificasteis.

c Adornadle, inhabitando en él,

de todo lo que os agrada y atrae.

Y como sois santo, y la misma santidad,

os suplico la comuniquéis de tal modo a mi alma,

que tengáis en ella todas vuestras complacencias,

de modo que no haya en ella cosa alguna que os desagrade,

sino que se le puedan aplicar

estas palabras de San Pablo:

El templo de Dios es santo,

y vosotros sois ese templo.

[De la primera] manera de ponerse en la santa presencia de Dios en la iglesia, a saber: Considerándola como la casa de Dios

64 Puédese considerar a Dios presente en la iglesia, porque es la casa de Dios, como Lo dice Nuestro Señor en san Mateo (cap. 21, 13): Mi casa se llamará casa de oración.

De aquí hemos de sacar dos cosas:

65 1.-Que la iglesia, según el testimonio del mismo Cristo, es la casa de Dios, porque en ella quiere Dios que los cristianos se reúnan para adorarle y rendirle acatamiento: por consiguiente, deben portarse en ella con gran respeto, demostrándolo, tanto por el continente y la postura que guarden en ella como por su recogimiento, silencio y piedad exterior;

66 2.-Que la iglesia, de por sí, según el designio y orden de Dios, está de tal modo destinada a la oración, que cuando en ella nos encontramos, no es lícito ocuparnos en otra cosa que no sea oración, ni podemos llevar a ella otra intención, a no ser que vayamos a oír la palabra de Dios.

67 Por eso Cristo, cuando entró en el templo de Jerusalén, que era mucho menos digno de veneración que nuestras iglesias, echó de él a todos los que allí vendían y compraban, y derribó las mesas de los cambistas y los puestos de los que vendían palomas. ¡Qué cosa tan admirable! Cristo echó del templo de los judíos a los que cambiaban las monedas de los extranjeros, que venían a comprar, y a los que vendían y compraban las cosas necesarias para los sacrificios, considerando tales ventas y compras como profanación del templo, que llama templo de Dios, aunque no se ofreciesen en él sino sacrificios bastos que consistían en degollar animales y quemar una parte de ellos.

68 ¡Qué respeto no exige, pues, que se tenga en las iglesias de los cristianos, donde se ofrece todos los días, y en muchas iglesias gran número de veces, el mismo Cristo que es el Hijo de Dios y Dios verdadero; el cual con su sacrificio embalsama y santifica esas iglesias con una santidad exterior no común, haciendo participar a esos lugares de la santidad de Cristo, en la ofrenda e inmolación que hace todos los días de sí en su sacrificio!

69 La consideración de Dios presente en la iglesia como en su propia casa, debe producir en nosotros tres frutos principales:

70 El primero es no entrar en ella sino con una gran pureza exterior e interior, y, por tanto, antes de entrar purificar el cuerpo y el alma, al menos con el agua bendita y la señal de la cruz, y con un acto de contrición: para esto existe la costumbre de poner agua bendita a la puerta de las iglesias.

71 El segundo es estar en ella con profundo respeto y gran recogimiento exterior e interior, por razón de lo que la Iglesia canta en las fiestas de la Dedicación de esos lugares sagrados: Mucho conviene la santidad a los que entran en la casa de Dios.

72 El tercero es estar en ella siempre ocupado en oración, cuando no se escucha la palabra divina, pues es casa de oración, y suele Dios otorgar gracias extraordinarias y abundantes a las oraciones que se hacen en la iglesia, a las que Dios da una bendición particular.

73 ***Uno puede ocuparse así en la oración sobre la manera de considerar a Dios presente en la iglesia:***

a [Considerándola como casa de Dios],

lo que se lee en la Sagrada Escritura, oh Dios mío,

cuando la dedicación del templo de Jerusalén,

que la majestad de Dios llenó el templo,

y que, habiendo visto el pueblo la gloria de Dios,

se postró en el suelo para adorar a Dios,

ha de excitarme sin duda a entrar en la iglesia y permanecer en ella con temor y temblor,

pues me hallo ante la divina Majestad, que habita en ella, tanto más que los ángeles tiemblan delante de El.

b Y si es verdad

que Oza cayó muerto por haber tocado el Arca,

que no era más que un cofre de madera,

con cuánta más razón

he de temer ser aniquilado por Dios,

si me atrevo a entrar y permanecer en la iglesia,

que es la casa de Dios,

hallándome cargado de pecados;

puesto que como dice David:

La santidad sienta bien en la casa de Dios.

c Dadme, ¡oh Dios mío!, esa santidad

que es la señal más segura de la unión con Vos,

y de que estoy a vuestro servicio.

Purificad para ello mi alma,

y hacedla, por ese medio, digna de las gracias

que derramáis con abundancia en la iglesia

sobre los que se presentan a Vos

con un corazón puro

y enteramente desprendido aun de los menores pecados.

Puesto que os causan horror,

haced que esté libre de ellos,

cuando entre en el lugar en que queréis ser adorado.

d El respeto que debo tener

a vuestra residencia en el lugar santo,

ha de moverme, ¡oh Dios mío!,

a preservarme enteramente de ellos.

74 ***Podemos ocuparnos así al considerar a la iglesia como casa de oración:***

a Dijisteis a Salomón, ¡oh Dios mío!,

después que os hubo dedicado el templo de los judíos,

que vuestros ojos y oídos

quedarían abiertos a la oración

del que rogase en aquel lugar,

porque lo habíais escogido y santificado

para que vuestro nombre fuese eternamente invocado

y honrado en él.

Con mucha más razón

se puede decir esto de nuestras iglesias,

en donde queréis ser honrado

con un culto interior, en espíritu y en verdad,

como Vos mismo lo decís.

b Os pido, pues, esta gracia, ¡oh Dios mío!,

que os dignéis oír mis oraciones en la iglesia,

puesto que es el lugar

que os habéis efectivamente consagrado

para que así lo esté hasta el fin de los siglos.

c En ese santo lugar,

es donde queréis, ¡oh Dios mío!,que los fieles os rueguen,

y ese lugar es precisamente el que más les conviene,

porque es propiamente

el de vuestra habitación en la tierra,

y donde vuestras gracias abundan

más que en ningún otro.

d Derramadlas, pues, sobre mí,

y disponed mi corazón

para recibirlas todas

y ponerlas en práctica,

puesto que las gracias que se reciben en la iglesia

traen consigo bendición particular.

[De la segunda] manera de ponerse en la santa presencia de Dios en la iglesia, a saber: considerando a Nuestro Señor en el Santísimo Sacramento del Altar

75 Se puede considerar a Dios presente en la iglesia, porque Cristo Nuestro Señor está siempre en ella, residiendo en el Santísimo Sacramento del Altar.

76 El es quien santifica los templos, en los que está siempre realmente presente, para colmar de gracias a los que en ellos le adoran.

Por eso se pueden aplicar a esos santos lugares las palabras del Apocalipsis: He aquí que ha establecido su Tabernáculo entre los hombres, y morará con ellos, y será su Dios. Por este [tan señalado] beneficio que Dios hace a los hombres consiente el Señor que le llamen su Dios.

77 Sobre esa continua residencia de Cristo Nuestro Señor en el Santísimo Sacramento del altar, se puede considerar:

78 1.-Que es grande honra para nosotros tener siempre en nuestra compañía a Nuestro Señor en el tabernáculo, y poder adorarle y tributarle nuestros respetos en ese adorable sacramento; puesto que en él está para recibir nuestras oraciones y presentarlas al Padre Eterno, como nuestro mediador e intercesor ante El, cuando le rogamos en la iglesia, para que nuestras oraciones le sean agradables.

79 2.-Como su mediación es eficaz cuando ofrece nuestras súplicas al Eterno Padre, y Dios le oye siempre, como dice san Pablo, a causa del profundo respeto con el cual ora por nosotros, debemos acudir a El en la iglesia, y tener por cierto que, si Cristo Nuestro Señor se digna favorecer nuestra causa, alcanzará, sin duda, para nosotros, todo cuanto pidiéramos por El, y cuanto El pidiere por nosotros al Eterno Padre, puesto que es nuestro Dios, que del todo se consagró a nuestra salvación y a lo que se relaciona con el bien de nuestra alma.

80 3.-Cuando nos encontramos en alguna necesidad particular y extraordinaria, o en alguna tentación violenta, es poderoso medio para salir de la necesidad y vencer la tentación que fuertemente nos combate dirigirnos a Nuestro Señor, que habita en nuestros templos, en el Santísimo Sacramento del Altar; pues Jesucristo en la Eucaristía es un médico que cura todos nuestros males y nos da todas las gracias que nos son necesarias para procurarnos todo cuanto pueda ser útil a nuestra alma.

81 4.-Es cosa provechosísima, para excitar en nosotros el amor de Dios, permanecer con atención y respeto delante de Nuestro Señor presente en la iglesia, pues siendo Cristo, por su humanidad, horno de amor para con Dios su Padre, puede hacernos participantes de estos ardores en el tiempo en que tributamos nuestros homenajes a su sacratísima humanidad ante la cual estamos; tanto más que Cristo Nuestro Señor está con nosotros en ese sacramento para darnos, dice, la vida con abundancia, y esa vida abundante consiste, según el mismo Cristo, en el conocimiento y perfecto amor de Dios.

82 ***Del modo de ejercitarse en la iglesia sobre la presencia de Cristo, que habita de continuo en el Santísimo Sacramento del altar:***

a Bástame acercarme a Vos, divino Jesús,

que moráis por mi amor en el Santísimo Sacramento del altar; allí es donde verdaderamente

puedo teneros siempre presente delante de mí.

Allí estáis como en vuestro trono,

para recibir nuestros respetos y nuestra adoraciones.

Estáis allí para colmarnos de cuantas gracias necesitemos.

b En cualquier estado en que me halle en la oración,

aunque sea de sequedad,

de pena y de tentación,

bástame presentarme delante de Vos

para encontrar alivio en mis trabajos;

cualquiera dificultad que sienta

en vencerme para practicar el bien,

estáis siempre presto para ayudarme;

Vos sois todo mi auxilio

en mis dificultades;

Vos sois todo mi refugio

en los desfallecimientos de mi espíritu.

c Vos me incitáis y animáis al bien

cuando me hallo flojo;

y, cuando tibio,

bástame dirigirme Vos,

que sois Dios de amor,

y mostráis en este divino Sacramento

amor tan tierno a los hombres.

Podéis fácilmente,

al penetrarme

de cuanto amable y de amante hay en Vos,

abrasarme de amor de Dios

y darme una caridad ardiente para con el prójimo.

83 O de otro modo:

a Me uno a Vos, ¡oh Jesús mío!

presente en el Santísimo Sacramento

para ser allí víctima por mis pecados,

pues en ese sacramento

ofrecéis continuamente al Eterno Padre

los méritos de vuestra sagrada Pasión y Muerte

en satisfacción de nuestros pecados.

b Concededme la gracia

de participar de vuestra disposición interior

de amor a los sufrimientos,

a fin de satisfacer por mis pecados.

c En cuanto a mí, procuraré, ¡oh Jesús salvador mío!,

permanecer en vuestra presencia con esta intención.

Estando convencido, como lo estoy,

de que el pecado os desagrada en mí,

estoy seguro de que haréis cuanto podáis

para destruirlo.

d Ayudadme, pues, os suplico,

para que ponga en ello todo mi cuidado,

y cumpla en esto vuestros deseos.

Capítulo 3

De los diferentes modos de entretenerse el alma sobre la presencia de Dios

Por medio de numerosas reflexiones - Que las reflexiones que se hacen sobre la presencia de Dios no han de tener por objeto más que un mismo modo de presencia de Dios.

84 Cuando uno se aplica a la presencia de Dios por medio de uno de los modos arriba expuestos, es necesario que las reflexiones que se hagan todas tengan relación con ese mismo modo, y tiendan a un mismo fin; pues, además de que esta práctica sirve para enderezar el juicio y enseña a raciocinar rectamente, ayuda también mucho para mantener el alma en el recogimiento, y le da facilidad para ocuparse más tiempo y más interiormente en la presencia de Dios.

85 Mientras que cuando se deja libre al espíritu para que ahora haga una reflexión sobre uno de los modos, luego otra sobre otro, como la mente se ocupa en diferentes pensamientos y va haciendo distintas reflexiones que ninguna relación tienen entre sí, queda el alma [como envuelta] en una especie de disipación, y no puede llegar a discurrir ni reflexionar con rectitud; además de que este método de hacer reflexiones indispone en gran manera al alma para el recogimiento interior.

86 Se harán, por ejemplo, algunas reflexiones sobre el modo de ponerse en la presencia de Dios, considerándole en el lugar en que uno está, y después se pone uno en la presencia de Dios, considerando que está en nosotros como en su templo. Esta segunda reflexión es entonces inoportuna, porque las dos maneras de ponerse en la presencia de Dios no convienen una con otra, y tienen cada una un fin diferente. Pues el fin de la primera manera es mantenerse uno recogido en el lugar en donde entonces se encuentra, por estar en la presencia de Dios; y el fin de la otra es conservarnos en una gran pureza de corazón, considerando que somos templo de Dios. O bien se puede en esta segunda manera tener por fin adorar a Dios que mora en nuestro corazón, o algún otro que tenga también relación con esta segunda manera.

[Por medio de reflexiones cortas continuadas por largo tiempo]: Del modo de entretenerse en la santa presencia de Dios por medio de pasajes de la Sagrada Escritura y de reflexiones sobre los mismos.

87 Todas esas seis maneras de ponerse en la presencia de Dios, se ordenan a ayudar al alma a mantenerse en ella algún tiempo durante la oración, pero puede decirse que sólo permiten ejercitar la presencia de Dios de un modo transitorio, y, por decirlo así, exterior al alma, porque no procuran la presencia de Dios sino por medio de razonamientos y reflexiones numerosas; lo cual, con respecto a las verdades de fe, oscurece el entendimiento en vez de iluminarlo, y lo cierra en vez de abrirlo, para ahondar los sagrados misterios que esas verdades encierran, y tienen al alma apartada de Dios en vez de acercarla a El, a no ser que esos razonamientos y esas reflexiones estén fundados y apoyados sobre sentimientos de fe.

88 Un medio muy fácil para penetrarse de la presencia de Dios de un modo interior consiste en fijarse con el entendimiento en algún pasaje de la Sagrada Escritura, que nos traiga a la memoria la presencia de Dios, como éste, por ejemplo, sacado del salmo 15, v. 8:

Me propuse tener a Dios siempre presente delante de mí.

Y hacer después una reflexión sobre este texto, sin muchos razonamientos, porque el razonar destruye la fe, o a lo menos le pone algún obstáculo y la perjudica, e impide el que sea aquélla tan viva como pudiera ser, y que se grabe fuertemente en el entendimiento y en el corazón.

89 Se puede hacer, por ejemplo, sobre dicho pasaje esta reflexión:

Que es una gran dicha poder tener ocupado de continuo nuestro entendimiento con la presencia de Dios, lo cual viene a ser una anticipación de la celestial felicidad.

Y luego permanecer lo más que se pueda en una atención la más simple y al mismo tiempo la más viva que sea posible, sobre ese pasaje. Esta reflexión no lleva consigo estorbo de razonamientos.

90 La idea que de ella tiene la mente y la atención que le presta, no sólo no impiden, pero ni siquiera apartan la atención del pasaje, el cual por ser de fe, hace que el espíritu se penetre de esta verdad, y la penetración que de él tiene se la muestra tan clara, que no puede menos de adorarla en Dios y fuera de Dios, como salida de su divina boca, por decirlo así y según nuestro modo de expresarnos.

91 No conviene cansar el espíritu con esta clase de atendencias, lo cual podría a veces suceder, sobre todo cuando se empieza a dedicarse a ellas; no sea que no estando uno acostumbrado, y no teniendo para ellas toda la facilidad posible, llegue a aburrirse de las mismas.

92 Así, pues, cuando se ve que no puede ya ocuparse más en ese pasaje por medio de la reflexión que se le añadió, es muy conveniente traer otra reflexión, la cual, por ser nueva y a propósito para mover el corazón, hace que la verdad de que nos proponemos penetrar el alma y corazón, produzca en ellos como una nueva huella.

93 Puede uno proponer entonces a la mente esta otra reflexión:

Que es amar muy poco a Dios el pensar raras veces que estamos en su presencia.

94 Como esta reflexión pone de nuevo ese pasaje delante de los ojos del entendimiento, hace, por decirlo así, que ese texto se renueve en él, y con eso halla nueva facilidad para ir alargando la aplicación.

Debe, pues, uno aplicar de nuevo su atención tanto al pasaje propuesto al principio, como a esta última reflexión, todo el tiempo que se pueda.

95 Y cuando no encuentre ya medio de ocuparse en ella, podrá también hacer alguna otra reflexión en su mente para tener facilidad de entretenerse en la presencia de Dios, tanto tiempo como juzgue conveniente.

96 De este modo por la atención a algún pasaje de fe, junto con alguna reflexión, se podrá adquirir insensiblemente la facilidad de aplicarse a la presencia de Dios por simple atención.

97 Todas las seis maneras arriba propuestas para ponerse en la presencia de Dios, cuando se conciben como verdades de fe, pueden ayudar a mantenerse con atención en la presencia de Dios, con tal que las reflexiones que se hagan sobre cada una de esas maneras sean pocas, y se ocupe uno con cada una de ellas largo tiempo, según se acaba de proponer, y sin ningún raciocinio.

98 Esta manera de ponerse en la presencia de Dios, por atención y por reflexiones raras y continuadas por mucho tiempo, puede llamarse, no de simple atención, sino de atención mezclada de reflexiones; y como esas reflexiones son raras y sin raciocinio, por poca disposición que tenga el alma al ejercicio de la presencia de Dios por atención, puede insensiblemente introducirla en ella.

De la aplicación a la presencia de Dios por simple atención

99 La aplicación a la presencia de Dios por simple atención consiste en estar delante de Dios por medio de una simple mirada interior de fe de su divina presencia y en permanecer así algún tiempo, ya sea medio cuarto de hora, ya sea un cuarto, más o menos, según se sintiere uno ocupado y atraído interiormente.

100 Y aun acontece a las almas que están desocupadas interiormente y desprendidas de todo afecto a las cosas criadas, que Dios les hace la gracia de que raras veces, y aun casi nunca, pierdan la presencia de Dios: lo cual es para ellas un goce anticipado y un pregusto de la felicidad del cielo.

101 Pero el alma no consigue de ordinario gozar de tan gran dicha, si no ha conservado toda su vida la inocencia, o bien hasta después que ha permanecido mucho tiempo fiel a Dios, y se ha purificado bien, no sólo de todo pecado y de cualquier afecto al mismo por ligero que sea, sino cuando, además de eso, se ha despojado del todo de sus propias inclinaciones, y de toda mira y respeto humano, desprendiéndose enteramente de todo lo que halaga los sentidos y el espíritu, quedando como insensible a todas estas cosas; en fin, [llega ese grado] cuando ya no tiene voluntad propia, sino que la voluntad de Dios es la que obra en ella y viene a ser como el principio de sus acciones:

de donde resulta que la presencia y la acción de Dios en ella es el objeto único o casi único de su aplicación.

102 Entonces esas almas pueden decir, como San Pablo,

que ya no son ellas quienes viven,

sino que Cristo vive en ellas,

y que por decirlo así,

viven de la vida del mismo Dios,

la cual consiste en pensar sólo en El y en lo que a El se refiere,

y en no obrar sino por El.

103 Las almas que están en este estado y en esta disposición no miran ya las criaturas, sino según la relación que tienen con Dios, y por consiguiente sólo encuentran amable en ellas lo que en ellas hay de Dios y no pueden dichas almas separar en su pensamiento la idea de las criaturas de la de Dios.

104 Aunque no haya comparación que pueda hacer concebir

perfectamente la diferencia que hay entre el modo de ponerse en la presencia de Dios por reflexión y por raciocinio, y el modo de mantenerse en ella por simple atención, puede servir sin embargo la que se va a proponer o cualquiera otra semejante, para dar alguna idea vulgar de esa diferencia, y para darla a conocer, en cuanto cabe, al entendimiento humano.

105 Una persona, por ejemplo, que no entiende en pintura, y ve un hermoso cuadro, no puede juzgar de su mérito y de su perfección, porque no sabe en qué consiste ésta, ni comprende lo que lo hace parecer tan hermoso a los entendidos en el arte de la pintura.

106 Por eso si esta persona quiere tener algún conocimiento de la hermosura de ese cuadro, vese obligada a pedir explicaciones a algún hábil pintor, el cual, por medio del raciocinio, le dirá en qué consiste la hermosura de aquel cuadro y cuáles son las cualidades que lo adornan, y, además, será preciso que el mismo pintor enseñe a la persona a quien instruye a hacer algunas reflexiones acerca de lo que le va explicando de la hermosura de aquel cuadro.

107 Mientras que el que conoce perfectamente el arte de pintar, tan pronto como ve un cuadro bien pintado, no necesita razonamiento ni profundas y repetidas reflexiones para conocer sus bellezas, las cuales echa de ver en cuanto aparece el cuadro a su vista.

108 Por esta razón, con una simple mirada admira su belleza, y emplea largo tiempo en considerar su perfección, sin cansarse ni pensar que hace tiempo que lo está contemplando; porque la belleza de tal cuadro cautiva su atención, y hace que se complazca en considerarlo, y que cuanto más lo considera tanto más bello y grato lo encuentra a sus ojos, y tanto más penetra lo que tiene de excelente y digno de admiración a los ojos de los hombres.

109 Lo mismo sucede, proporcionalmente, con el ejercicio de la presencia de Dios en la oración.

110 Una persona que sale del mundo, o que, estando aún en él, quiere hacer oración, y que no se ha aplicado hasta ese momento a otra cosa que a contentar su espíritu y sus sentidos, no sabe el arte de conocer a Dios, ni acierta a pensar interiormente en El ni en su divina presencia.

111 Por lo cual parece que la mejor manera de pensar en El, es convencerse de la realidad de esa presencia por medio de razones variadas, sacadas de motivos de fe, que puedan ayudarla a penetrarse de la presencia de Dios, pero que no alejan del todo, sin embargo, su entendimiento de las cosas sensibles; pues, ¿quién puede pasar de repente de la ocupación de las cosas sensibles a cosas puramente espirituales? Esto parece muy difícil a muchos, y a otros del todo imposible.

112 Por esta razón se tiene por más acertado ir insinuando las cosas espirituales en el espíritu de los que quieren empezar a darse a Dios y tener oración, por medio de las cosas sensibles acompañadas y animadas de motivos de fe, sirviéndose de semejantes medios para ayudar al alma a procurarse la presencia de Dios, que no querer ya, desde luego, aplicar el espíritu a cosas puramente espirituales y totalmente despojadas de la materia, y a la presencia de Dios, por pura y simple atención.

113 Este método podría causar hastío de la oración a las almas que van por la vía ordinaria, y quizá las disgustaría para siempre de la vida espiritual, porque por falta de luz y de penetración de Dios y de los ejercicios interiores del alma, mirarían en ese tiempo como imposible lo que más adelante y con el uso frecuente de la oración se les haría tal vez no sólo posible, sino hasta fácil y agradable.

114 Por lo cual esa clase de personas deben de ordinario, cuando comienzan a darse a la oración, servirse de razonamientos y de numerosas reflexiones, que sean en su mayor parte tiernas y afectivas, para familiarizarse con el ejercicio de la presencia de Dios.

115 Sin embargo, al que desde largo tiempo se ha dado al ejercicio de la oración, y tiene facilidad para andar en la presencia de Dios de un modo interior, bástale de ordinario conservar su espíritu simplemente recogido, y tener una simple atención a la presencia de Dios, para quedar quieto y detenido en este pensamiento, por lo menos mientras está haciendo oración, sin que se distraiga en ese tiempo.

116 Y esta simple atención proporciona al alma un consuelo interior que la hace complacerse y hallar gusto en este pensamiento, sin que tenga necesidad para fijar la atención en él, de añadir ningún otro concepto ni reflexión.

117 Porque esa simple atención, sin ninguna mira particular ni reflexión sobre sí mismo, ocupa de tal manera el espíritu y penetra tan enteramente el corazón, que no sólo no necesita el entendimiento otro pensamiento, ni el corazón se mueve a otro afecto que al de Dios, pero ni siquiera pueden ni el uno ni el otro admitir otros.

118 Por medio de esta simple atención, el alma se vacía totalmente de lo criado, y va adquiriendo insensiblemente un conocimiento más claro y una penetración más íntima del ser de Dios y de sus divinas perfecciones; porque cuando Dios posee una alma y es íntimamente poseído por ella, no puede admitir nada en la misma, que no sea de Dios o para Dios, ni, por tanto, que tenga en sí cosa - según El la ve- que huela a criatura.

119 Cuando un alma se ha purificado bastante y se ha despojado de las menores imperfecciones para entrar al pronto en esa disposición de simple atención a la presencia de Dios, acorta mucho su camino (en la práctica del bien, en el ejercicio de la oración y en la facilidad para ocupar su espíritu en la presencia de Dios) y allana muchas dificultades.

120 Pero es preciso que el alma que quiere sin tardanza entrar en este camino, tenga gran cuidado de velar sobre sí, para desprenderse de toda clase de apegos, aun de los naturales, pues Dios no da esa gracia sino a las almas muy puras, o a las que quiere El mismo purificar por ese camino, por una bondad particular.

121 Conviene advertir, respecto al ejercicio de la presencia de Dios, que no debe ser poco el tiempo que a él se consagre, porque ella es precisamente lo que más contribuye a infundir el espíritu de oración y la aplicación interior que se necesita.

Sino que, por el contrario, debe uno procurar que la mente se ocupe en este ejercicio todo el tiempo posible y no aplicarla a otra cosa, hasta que no pueda ya hallar medio de fijar su atención en él.

Hasta aquí la explicación del prefacio.

Lo que sigue es la explicación de los nueve actos de la primera parte.

Primera parte

Explicación de la primera parte del método de oración

122 Como quiera que los actos Prescritos por el método de oración (que usan los Hermanos) en la primera parte se refieren todos a la presencia de Dios, en la que ha debido uno ejercitarse al principio de la oración, servirán mucho para ocupar sin intermisión el espíritu en dicha presencia mientras dure aquella, y podrán ser también de gran utilidad para ayudar al alma a mantenerse en recogimiento, no sólo durante la oración, sino también durante todo el día.

123 ***Hay nueve actos muy a propósito para la primera parte de la oración***.

Capítulo 4

De los tres actos que se refieren a Dios

124 Los tres primeros se refieren a Dios, porque se dirigen a El, y porque al hacerlos tiene que ocuparse el espíritu

sea en Dios,

sea en sus beneficios,

sea en las gracias que nos ha concedido.

Esos tres actos son:

primero, acto de fe;

segundo, acto de adoración;

tercero, acto de agradecimiento.

Del acto de fe: de las diferentes maneras de hacer actos de fe, según las diferentes maneras de ponerse en la presencia de Dios.

125 Cuando se tiene ya bien impresa en el espíritu la idea de la presencia de Dios con alguno de los seis modos arriba propuestos, o bien por una atención del espíritu mezclada con reflexiones espaciadas, o bien por una simple atención, es muy oportuno hacer sobre esta verdad, que Dios nos está presente, un acto de fe, según el modo de que nos hayamos servido para penetrarnos de esta verdad de fe.

126 Y para que ese acto de fe sea en nosotros más vivo y de una impresión más duradera, a fin de que podamos perseverar en dicho sentimiento de fe por más tiempo, será utilísimo recordar algunos de los pasajes de la Sagrada Escritura de los que se habló arriba, u otro cualquiera, con tal que tenga relación con el modo de Presencia de Dios de que se echó mano al principio.

Y cuando se note que empieza a divagar el espíritu o que se distrae con facilidad, puede repetirse dicho pasaje y renovar la atención a fin de que el entendimiento esté más quieto y detenido con la consideración de la presencia de Dios.

Del acto de fe sobre la presencia de Dios, considerándolo presente en el lugar en que nos hallamos, por estar Dios en todas partes.

127 Puede hacerse dicho acto de fe sobre estas palabras de Jacob sacadas del Génesis, cap. 28

¡Cuán terrible es este lugar!

Verdaderamente el Señor habita aquí

y yo no lo sabía.

a ¡Cuán terrible es estar uno en este lugar

sin pensar en Dios,

sin respeto,

sin sentir profundamente

la propia nada delante de Dios,

y sin confusión

considerando sus pecados!

b ¡Dios está verdaderamente aquí,

y yo no lo pensaba!

Creo, firmemente, ¡oh Dios mío!, esta verdad:

que Vos estáis aquí.

¿Es posible que Vos estéis aquí presente

y yo no piense en Vos?

Creo, ¡oh Dios mío! que este lugar,

sea cual fuere,

es el santuario de vuestra divinidad.

c Eso es lo que hacía temer a Jacob

en el lugar en que estaba,

a vista de sus pecados;

y eso es lo que ha de inspirar a todo cristiano

gran confianza en Vos.

128 ***Se puede hacer otro acto de fe sobre estas palabras de Jeremías, en donde Dios dice: Yo lleno el cielo y la tierra.***

a Vos estáis, ¡oh Dios mío! en el cielo

y estáis en toda su extensión;

estáis también en la tierra

y la penetráis toda entera

porque ella os contiene,

o, por mejor decir, Vos mismo la contenéis.

b Yo creo, ¡oh Dios mío!

que a cualquier parte a donde vaya, allí os encontraré,

y que no hay lugar

que no sea honrado con vuestra presencia;

pues, como dice muy bien el real profeta, salmo 74:

no está fuera ni de oriente

ni de occidente,

ni del desierto ni de las montañas.

De modo que a cualquier parte que vaya

yo tendré la suerte de estar siempre junto a ti,

dice el mismo Profeta (salmo 72).

Del acto de fe sobre la presencia de Nuestro Señor presente en medio de aquellos que se juntan en su nombre.

129 Puede hacerse un acto de fe considerando, como dice San Mateo, cap.18, a Nuestro Señor en medio de nosotros, cuando nos hallamos reunidos en su nombre. Y así cuando hacemos oración, se puede hacer en esta forma:

a Yo creo, ¡oh Dios mío y Salvador mío Jesús!

que estáis en medio de nosotros,

mientras estarnos haciendo oración juntos,

porque entonces estamos verdaderamente

reunidos en vuestro nombre.

b ¿Qué mayor dicha

que la de teneros en medio de nosotros?

Pues ése es el medio, si queremos,

de poseer plenamente vuestro Espíritu;

y lo que nos da gran facilidad

para teneros siempre presente,

y hacer reinar entre nosotros una íntima unión en Vos

y en vuestro santo amor.

c Os suplicamos, ¡oh Dios mío! que nos concedáis esta gracia.

Del acto de fe sobre la presencia de Dios en nosotros, dándonos el Ser.

130 Se puede hacer un acto de fe sobre la presencia de Dios, considerando que está en nosotros dándonos el ser que tenemos, según estas palabras de San Pablo en los Hechos de los Apóstoles, cap. 17:

Dios no está lejos de nosotros,

porque en Él vivimos,

nos movemos

y somos.

a Os tengo en mí, ¡oh Dios mío!

puesto que si tengo vida,

es porque

me hacéis participante de la vuestra,

y estáis en mí

para comunicármela.

b Vos sois quien dais movimiento a todos mis miembros

con vuestra presencia en ellos.

Por vos y en Vos

mi espíritu concibe,

y mi corazón gusta y se aficiona

al verdadero bien.

c Y no contento con haberme dado el ser,

vuestra bondad es tan grande,

que estáis continuamente ocupado

en conservármelo

y así lo hacéis

por vuestra presencia en mí.

d Creo todo esto, ¡oh Dios mío!

porque Vos mismo me lo reveláis.

e Concededme la gracia de aprovecharme de tal ventaja

teniéndoos siempre presente

en mi espíritu.

Del acto de fe sobre la presencia de Dios en nosotros, como en su reino.

131 Se puede hacer un acto de fe en la presencia de Dios, considerando que reina en nosotros, como dice Nuestro Señor en San Lucas, cap. 17, 21, y porque somos su templo, como dice San Pablo, 2 Corintios, cap. 6, 17, y en la 1 Corintios, cap. 6, 19.

132 ***1º Considerando a Dios reinando en nosotros por su gracia, se puede hacer un acto de fe en esta forma:***

a Si yo tengo la dicha de estar en vuestra divina gracia, creo, ¡oh Dios mío!, y estoy persuadido

de que estáis

y reináis en mí.

b Contened, pues, en mí, todos mis movimientos

interiores y exteriores,

para que no me haga dueño ni de uno solo.

A Vos ¡oh Dios mío!

que establecisteis vuestro reino en mí,

os pertenece el dirigirlos todos,

y procurar que no haya ni uno

que no esté sujeto a vuestro impulso.

Muy justo es que reinando en mi corazón,

seáis dueño de cuanto en él pase.

c No permitáis, pues, que obre por sí mismo,

ni por la dirección del espíritu humano;

antes bien, ahogad de tal modo en él

todos los sentimientos y afectos naturales,

que no se manifieste nada en él que no sea de Vos y para Vos.

133 ***2º Considerando a Dios en nuestro cuerpo como en su templo, se puede hacer un acto de fe en esta forma:***

a ¡Cuán obligado estoy, ¡oh Dios mío!,

a guardar con suma pureza mi cuerpo,

puesto que es vuestro templo,

en el cual habéis establecido vuestra morada!

Todo cuanto hay en él debe contagiarse

de la santidad de Aquel que en él reside,

según lo que dice San Pablo:

¿No sabéis que vuestros cuerpos

son templos del Espíritu Santo?

b Debo, pues, ofrecemos mi cuerpo,

según lo dice el mismo Apóstol,

como hostia viva, santa y agradable a vuestros ojos,

para tributaros culto razonable y espiritual.

Debo, pues, desde ahora y para siempre,

mirar mi cuerpo

como cosa consagrada y santificada

por vuestra presencia y morada en él.

c Y con este fin

no darle ningún movimiento que no tienda a Vos,

procurando además llevar bien frenados mis sentidos

por respeto a vuestra santa presencia.

134 ***3º Considerando a Dios en nuestra alma como en su templo, puede hacerse un acto de fe sobre la presencia de Dios, de esta manera:***

a Creo, ¡oh Dios mío!

que sois el tesoro de mi alma

y que tiene la dicha de poseeros,

puesto que San Pablo nos asegura

que somos templos del Dios vivo

que mora en nosotros,

y se digna conversar con nosotros.

A fin de que yo pueda gozar de vuestra conversación,

establecéis vuestra morada en mi alma

como en un santuario,

para hacer de ella un lugar de delicias.

b Os adoro, pues, en mi alma,

como en el lugar de vuestra residencia,

pues en ella queréis

que os adore en espíritu.

c Desasidla de tal modo

de todas las cosas creadas,

que podáis tener en ella todas vuestras complacencias,

y la colméis

de vuestras bendiciones y gracias;

para que estando adornada

como conviene que lo esté el lugar

en que queréis poner vuestra morada,

se haga digna

de recibiros

y de conteneros.

Del acto de fe sobre la presencia de Dios en la iglesia.

135 ***Se puede hacer un acto de fe sobre la presencia de Dios en la iglesia, por ser casa de Dios, de este modo:***

a Cuando estoy en la iglesia, ¡oh Dios mío!

estoy en lugar convenientísimo para presentaros mis oraciones, porque es vuestra casa y el lugar de vuestra morada,

y, como Vos mismo decís,

es casa de oración.

b Este es el lugar donde habéis prometido

colmar de gracias y bendiciones

a todos los que en ella os dirijan sus plegarias,

y que

en ella todos recibirán y alcanzarán de Vos

lo que os pidieren.

Y ya que vuestros ojos,

como decís,

quedarán abiertos,

y vuestros oídos atentos

a la oración de aquellos que os suplicaren

en este santo lugar,

haced que la mía os sea agradable.

La residencia que tenéis en este santo lugar,

que os está del todo consagrado,

ha de movernos a ello, ¡oh Dios mío!

c Como quiera que no pretendo otra cosa sino amaros,

y no quiero

sino lo que me puede proporcionar esta dicha,

dadme en este santo lugar,

las gracias que os pido,

en virtud de vuestra santa presencia

y de la residencia que en él tenéis.

Del acto de fe sobre la presencia de Dios en el Santísimo Sacramento.

136 ***Se puede, por fin, hacer un acto de fe sobre la presencia de Nuestro Señor Jesucristo en la iglesia, en el Santísimo Sacramento, de este modo:***

a Este es verdaderamente, ¡oh Dios mío y Señor mío!

el lugar donde hacéis Vuestra morada

en el Santísimo Sacramento del Altar.

En este santo lugar

es en donde puedo y debo con justicia

reconoceros presente,

porque residís en este santísimo y adorabilísimo Sacramento.

b Debo considerarme muy feliz de estar muchas veces junto a Vos para haceros compañía

y tributaros mis homenajes.

c Y aunque cubierto a mis ojos con un velo,

sin embargo, sois aquí

tan grande,

tan poderoso,

tan adorable

y tan amable

como en el cielo,

porque sois el mismo Dios

y estáis igualmente presente

en uno y otro lugar.

d Diferéncianse en que,

estando aquí

sacrificado por nuestro amor,

sois en él, para nosotros,

un Dios amante,

un Dios de gracias,

y estáis en él para derramar sobre nosotros

todas las bendiciones del cielo,

con tal que no nos hagamos indignos de ellas

por nuestros pecados

y por nuestro poco agradecimiento

a vuestras bondades.

De las reflexiones que se pueden hacer sobre la presencia de Dios

137 Después de haber hecho o concebido un acto de fe sobre la presencia de Dios, convendrá hace sobre dicho acto algunas reflexiones, teniendo en cuenta cómo uno se puso en dicha presencia.

138 ***Por ejemplo, si se ha puesto uno en la presencia de Dios considerándole en el lugar en que se halla, se podrá hacer reflexiones como éstas:***

a ¿Es posible, Dios mío,

que estéis en cualquier lugar

en que me halle y adonde vaya,

y no me dé cuenta?

b Iluminadme, ¡oh Dios mío!

con vuestra divina luz,

para que os vea siempre

y os reconozca

presente en todos los lugares,

para que el pensamiento de vuestra divina presencia

me impida ofenderos.

c ¿Sería posible que debiendo a Dios

mi ser y toda clase de bienes,

me atreva a pecar

en su presencia?

¿Y cómo podría tener la osadía de estar en ella

sin respeto y recogimiento?

d ¡Qué!,

la presencia de un rey

ordena todos los movimientos del cuerpo y del alma,

de tal modo que delante de él no se hace ninguno

sino con suma circunspección

en atención a que la majestad del soberano,

en cuya presencia se halla uno,

merece toda la consideración.

¿Y será posible que no se respete a Dios

en cuya presencia estamos siempre,

cualquiera que sea el lugar en que nos hallemos

o el punto donde dirijamos nuestros pasos?

e Concededme la gracia, ¡oh Dios mío!,

que la vista de vuestra santa presencia me ocupe de continuo, para que

así como estoy siempre en vuestra santa presencia,

nunca deje, ni por un solo momento,

de pensar en Vos, etc.

139 Cuando se empieza a tener alguna facilidad en reflexionar sobre esos actos, es conveniente servirse de pocas palabras en las reflexiones, y luego detenerse algo en ellas en silencio interior para penetrar el espíritu propio de la reflexión que se está haciendo, de una manera que sea más interior.

140 Pues las muchas palabras interiores en la oración mental más bien contribuyen a distraer el espíritu, y a embarazar el fondo del alma que a facilitarle la aplicación y atención a Dios y a progresar en la vida interior.

Por el contrario, la multitud de palabras del espíritu y del corazón, seca el alma, es pasajera y deja, a menudo, el vacío de Dios y de las cosas espirituales e interiores.

141 Estas pocas palabras:

Dios mío,

¿cómo me atreveré,

estando siempre en vuestra divina presencia,

a hacer algo que os desagrade?

Estas pocas palabras, digo, bien impresas en el espíritu y bien ponderadas, producen en el alma una viva atención a la verdad que encierran, la cual permanece en ella muy profundamente grabada, y puede fácilmente más adelante presentarse de suyo a la mente.

142 Y aun cuando así no sucediera, la profunda reflexión que sobre ellas se hizo, deja en el alma muchas veces tal unción, tan dulce impulso hacia Dios y tan grande horror al pecado y a todo lo que desagrada a Dios, que esa alma pensará a menudo en Dios, detestará el pecado e insensiblemente irá acostumbrándose a gustar de Dios y de todo lo que a Él conduce; y a gustarle lo que conduce a Dios

sólo en cuanto le ayuda a poseerlo, y de ningún modo porque ello sea capaz, por sí mismo, de ganarse el afecto del alma, y mucho menos detenerla y cautivarla.

143 Los textos de la Sagrada Escritura sirven, no pocas veces, para ayudar al alma a hacer esa clase de reflexiones de pocas palabras; tanto más que, siendo palabras de Dios, según nos enseña la fe, tienen de suyo una unción divina; por sí mismas nos conducen a Dios, nos lo hacen gustar y nos ayudan a mantener en el alma la atención a la presencia divina y a conservar también en nosotros el gusto de Dios.

144 Estas dos clases de reflexiones pueden aplicarse a todos los actos de la oración.

145 Después de haber hecho un acto de fe y reflexiones, según arriba se ha dicho, se ha de hacer luego un acto de adoración a Dios presente, porque el primer homenaje que el cristiano debe tributar a Dios es la adoración.

Del acto de adoración

146 Se hace un acto de adoración reconociendo a Dios por nuestro Criador y soberano Señor, y manteniéndose en profundo respeto en su santa presencia, a vista de nuestra bajeza y propia nada, de la dependencia en que estamos respecto de Dios, y de lo indignos que somos de gozar del bien y felicidad que trae la santa presencia de Dios.

147 ***Este acto de adoración puede hacerse del modo siguiente:***

a Digno de adoración sois en todas partes, ¡oh Dios mío!

pues llenáis el cielo y la tierra,

y no hay punto en donde no estéis,

y deber nuestro es adoraros en todo lugar en que estáis presente.

b Yo soy criatura vuestra,

y así he de reconocer,

en cualquier sitio en que me encontrare,

vuestra grandeza infinita

y vuestra soberana majestad,

y anonadarme ante Vos

al considerar vuestras infinitas perfecciones,

y cuanto hay en Vos

de inalcanzable al entendimiento humano,

el cual no puede comprender

lo que sois

ni cuál es la excelencia

de vuestra divina esencia.

c Os reconozco en este lugar, ¡oh Dios mío!

como en lugar que os está consagrado,

pues vuestra presencia en él

lo consagra todo a Vos,

y hace de él un lugar santo,

pues está santificado por Vos.

d Os adoro en este lugar,

como en vuestro templo y santuario,

porque lo hacéis participar

de vuestra santidad

por la presencia y residencia en él.

e Los ángeles,

que os acompañan por todas partes,

os adoran en él;

muy justo es que yo,

miserable criatura,

me una a ellos para rendiros aquí mis homenajes,

confiado en que los tendréis por agradables,

estando unidos con los suyos.

Del acto de agradecimiento

148 El tercer acto que debe hacerse en la primera parte de la oración es el acto de agradecimiento, porque después de haber reconocido la infinita grandeza de Dios y haberle tributado nuestros homenajes, por razón de su excelencia y de nuestra dependencia respecto de El, es muy justo que pongamos los ojos en la bondad que tiene y ha tenido siempre para con nosotros, y le demos por ella humildísimas acciones de gracias; y, en particular, por habernos criado, redimido y librado de gran número de pecados, por habernos sacado de muchas ocasiones de cometerlos y librado de la

malicia del mundo, trayéndonos a la Comunidad; por el sinnúmero de gracias que en ella nos ha dado, y especialmente por la merced que actualmente nos hace, permitiéndonos estar en su divina presencia y tratar familiarmente con Él en la oración.

149 ***El acto de agradecimiento se hace en esta forma:***

a He recibido tantos beneficios

de vuestra bondad infinita, ¡oh Dios mío!

que sería el colmo de la ingratitud

el no daros por ellos

humildísimas gracias.

Os debo cuanto soy,

y no hay en mí cosa alguna buena

que no la haya recibido

de vuestra bondad infinita.

b Por Vos

fui rescatado

y librado de numerosísimos pecados,

y Vos sois quien me librasteis

de las ocasiones en que estaba

de cometer todavía muchos más,

sacándome del mundo.

Os suplico, ¡oh Dios mío!

me concedáis la gracia

de que no eche en olvido

beneficio tan singular;

antes haced que os lo agradezca

todos los instantes de mi vida.

c Debo considerar la dicha

de vivir en la Comunidad

como la mayor felicidad

que me pueda caber en este mundo;

pues ella es para mi un paraíso anticipado,

en donde tengo la dicha de poseeros

en cuanto la fe me lo permite,

y de esa dicha estoy gozando en este momento, ¡oh Dios mío!

En efecto, os tengo tan presente

como lo estáis para los santos del cielo;

y aunque no conozca

ni disfrute esa dicha

sino en la medida que lo permita la fe.

La aprecio, sin embargo,

de tal manera,

que mi espíritu y corazón

están continuamente postrados

delante de Vos,

en prueba de mi agradecimiento por ese favor.

En esta posesión consiste toda la dicha de los ángeles y santos, aunque no de la misma manera [para ellos y para nosotros].

Vos sois, ¡oh Dios mío!, el objeto

de su satisfacción y de su dicha,

así como el de la que yo experimento

y gusto en mí

ahora pensando en Vos.

d Os suplico, ¡oh Dios mío! aceptéis

el pensamiento y sentimiento que de Vos tengo,

en reconocimiento por la merced que me hacéis

de pensar en Vos

y de mantenerme en vuestra santa presencia,

pues esta acción que ahora os puedo ofrecer,

es una de las más gratas a vuestros divinos ojos.

Capítulo 5

De los tres actos que se refieren a nosotros

150 Los tres actos que deben hacerse luego se refieren a nosotros mismos.

El primero es el acto de humildad;

el segundo, de confusión;

el tercero, de contrición.

Del acto de humildad

151 El acto de humildad se hace reconociéndose uno indigno de presentarse ante Dios, por razón de la propia nada.

Para mantenerse en esta actitud, pueden servir estas palabras de Abraham, en el Génesis, cap. 18:

¿Cómo hablaré a mi Señor,

no siendo yo más que polvo y ceniza?

152 Es muy conveniente hacer ahora este acto porque, después de haber tributado a Dios nuestros homenajes de adoración y de agradecimiento por la bondad con que nos sufre en su divina presencia y nos permite hablar con Él, es muy a propósito que entremos en nosotros mismos para considerar cuán inestimable honor es para nosotros, y cuán indignos somos de él, no siendo, como somos, de nosotros mismos, sino pura nada, y, por lo tanto, mucho menos que polvo y ceniza, que no sólo son algo, sino útiles para alguna cosa; mientras que nosotros, no siendo nada, para nada valemos y todo lo que podemos hacer por nosotros mismos es ofender a Dios.

Debemos estar bien convencidos de esto en la oración, para mantenernos siempre en ella con sentimientos de humildad.

153 ***Se puede hacer dicho acto de humildad en esta forma:***

a ¿Qué soy yo, ¡oh Dios mío!

no teniendo de mí mismo

sino la nada y el pecado?

Esto es cuanto tengo como propio.

Si un anciano solitario se decía a sí mismo:

¿De qué te glorías tú

que no eres más que tierra y ceniza?

¿Qué motivo puedo tener de engreírme yo

para quien sería mucha honra

el poder atribuirme siquiera el ser polvo y ceniza,

puesto que la tierra y la ceniza

obras son de Dios,

y por lo tanto ni aun el polvo es cosa mía, ni me pertenece; sino que del todo pertenece a Dios, pues es obra de sus manos? Así que no puedo ver en mí otra cosa que la nada:

esto sólo hay en mí fuera de la obra de Dios,

y todo lo mío es pecado.

b ¿Cómo me atrevería, pues, a acercarme a Vos y pensar en Vos, si sólo me considerase a mí mismo?

Lo único que puedo hacer, ¡oh, Dios mío!

es humillarme delante de Vos,

ponderando atentamente

quién soy

y quién sois.

Y sin embargo,

¡cuán grande es el honor que me hacéis

en tenerme en vuestra presencia

y en hacerme el favor

de conversar conmigo!

¡Ah! sin duda lo hacéis para que,

reconociendo mi nada,

me quede enteramente abismado en Vos,

y seáis todo en mí.

d Dadme, Señor, esta gracia,

pues queréis que sea todo vuestro.

Del acto de confusión

154 Después del acto de humildad, conviene hacer un acto de confusión, que consiste en reconocerse uno indigno de presentarse ante Dios, por haberle ofendido tanto; pues no basta reconocer la propia nada y humillarse en la presencia del Señor, sino que es además utilísimo confundirse delante de Él por nuestros pecados y revestirse de las disposiciones y sentimientos del publicano del Evangelio, cuando decía a Dios, desde un rincón del templo al que se había retirado, no atreviéndose a levantar los ojos, tanta era su confusión: Dios mío, compadeceos de mí que soy un pecador.

155 ***El acto de confusión puede hacerse así:***

a Confieso, ¡oh Dios mío!

que os he ofendido mucho,

y delante de mí tengo siempre mis pecados,

porque contra Vos sólo he pecado

y he cometido la maldad delante de vuestros ojos;

y lo que es más, fui concebido en iniquidad;

y esto es lo que me da continuamente

motivos de confusión.

b Pero mi confusión aumenta,

al pensar que me atrevo a presentarme en vuestra divina presencia y a hablar con Vos en la oración.

Abraham, que era justo, no se atrevía a hacerlo

porque se consideraba

como polvo de la tierra.

¿Cómo me atreveré yo a pretenderlo,

estando, como estoy, lleno de pecados?

c Perdonad mi osadía, ¡oh Dios mío!

pues vengo a Vos para confesaros mis pecados

y para manifestaros mi injusticia,

porque sé que lejos de atraerme vuestra indignación,

esta acción atraerá, al contrario,

sobre mí vuestra misericordia:

por eso la confusión que cubre mi rostro

al considerar mis innumerables culpas,

aumenta al mismo tiempo mi confianza,

pues

cuanto mayor sea mi confusión

por haberlos cometido,

tanto más dispuesto estaréis

a perdonármelos.

d Por eso, ¡oh Dios mío!

permitidme comparecer hoy delante de Vos,

como un pecador, muy confuso,

no de parecerlo,

sino de serlo realmente.

Del acto de contrición

156 Después del acto de confusión, importa mucho hacer un acto de contrición, pidiendo a Dios perdón de todos los pecados, y formando una firme resolución de no volver a cometerlos; pues este acto puede alcanzar la remisión de todos ellos, según el profeta David, salmo 31:

Dije: Confesaré a Dios mi injusticia;

y al mismo tiempo, ¡oh Dios mío! perdonasteis

la malicia de mi pecado.

157 Este acto, hecho de lo íntimo del corazón y con verdadero propósito de la enmienda, hará que Dios los olvide; hasta se le ocultarán, como dice David en el citado salmo; [esto es], no serán imputados al que los cometió durante el rato que dedique a la oración.

158 Por eso al hacer este acto, débese, sobre todo, pedir a Dios una verdadera contrición, y después confiar que Dios no despreciará en la oración al corazón contrito y humillado; como dice David, Salmo 50.

159 ***Puede hacerse el acto de contrición del modo siguiente:***

a ¡Cuánto me pesa, Señor,

de haberos ofendido tanto!

¡Siempre tengo mis pecados delante de mí

y no puedo pensar en ellos

sin desfallecer,

para hablar como el real Profeta,

al considerar cuánta es su muchedumbre.

No me reprendáis, ¡oh Dios mío!,

decía el mismo David,

en vuestro furor

y no me castiguéis

en vuestro enojo.

b Yo sé que sólo merezco vuestra indignación;

mas tened piedad de mí,

porque flaco soy, y la misma flaqueza;

echad una mirada sobre mí,

y librad mi alma del pecado,

pues sólo Vos podéis hacerlo.

c Os ofrezco la aflicción

y los gemidos de mi corazón,

al ver lo horrible que son mis pecados

por su número y gravedad;

pues como dice David,

se levantan hasta por encima de mi cabeza

y me agobian como una carga muy pesada.

d ¡Qué cosa tan triste es, oh Dios,

verme en este estado!

Afligido y humillado estoy,

y tanto que no lo puedo expresar,

al verme rodeado de tantos pecados,

y la tristeza de mi corazón es extrema

y no se os oculta.

Perdonadme, pues,

para que pueda comparecer delante de Vos

en este estado,

y en una disposición que os sea agradable.

e Pronto estoy, ¡oh Dios mío!

a padecer cuantas penalidades tengáis a bien enviarme

en satisfacción de mis pecados.

Os suplico, pues, que no me abandonéis

ni os alejéis de mí.

Apartad solamente vuestra vista de mis pecados,

y hacedme la gracia de borrarlos todos;

para lo cual os suplico que creéis en mí un corazón puro,

y renovéis en mí vuestro Espíritu Santo.

f Espero de Vos esta gracia, ¡oh Dios mío!

porque no despreciáis

la oración de los que se humillan,

sino que os es muy agradable.

(Este acto de contrición está en su mayor parte sacado de los siete salmos penitenciales).

160 Después de haber hecho así un acto de contrición con un corazón bien dispuesto y penetrado de horror al pecado, puede uno creer con fundamento que Dios no se acordará ya de los nuestros y que así podremos comparecer ante su presencia limpios de ellos, y al menos como cubiertos, delante de Dios, con el velo de su divina misericordia y de su benevolencia para con nosotros.

Capítulo 6

De los tres actos que se refieren a Jesucristo Nuestro Señor

161 Pero, como no está uno seguro de si el acto de contrición que hizo fue perfecto y consumado, es importante después de dicho acto, hacer otros tres, que se refieren a Jesucristo Nuestro Señor, y son los últimos de la primera parte de la oración.

162 Los tres actos que se refieren a Nuestro Señor son:

primero, de aplicación de los méritos de Nuestro Señor;

segundo, de unión con Nuestro Señor;

tercero, de invocación al Espíritu de Nuestro Señor.

Del acto de aplicación

163 Como no tenemos la certeza de haber hecho debidamente el acto de contrición, se hace un acto de aplicación de los méritos de Jesucristo para atraer sobre nosotros los méritos de su Pasión, y las gracias que nos mereció con su muerte; y para que, encubiertos nuestros pecados como con un velo que los oculte a los ojos de Dios, estemos mejor dispuestos para comparecer delante de El en la oración, de una manera que le sea agradable.

164 Este acto de aplicación de los méritos de Nuestro Señor, se hace pidiendo al mismo Jesucristo que nos aplique los de su Pasión, para hacernos más agradables a Dios su Padre, y ponernos en mejor disposición de recibir sus gracias y luces en la oración, en la cual no debemos perdonar medio alguno para que Dios se deje vencer por nuestras súplicas y se digne concedernos cuanto le pedimos.

165 ***Puede hacerse este acto de aplicación de los méritos de Nuestro Señor en esta forma:***

a Justo sería, ¡oh Dios mío!,

que cuando estoy en vuestra presencia,

mi corazón estuviera tan penetrado de horror al pecado,

que no quedando ya nada de él en mí,

me hallaseis digno de tratar con Vos.

b Pero tengo un corazón tan inclinado a cometerlo,

que no puedo del todo conocer,

y mucho menos estar seguro,

si el horror y el dolor que por él he concebido son verdaderos, y si estoy dispuesto a cumplir mi propósito.

c Por este motivo suplico con instancia a Cristo Nuestro Señor quiera aplicarme los méritos

que se dignó adquirirme

con su Pasión y Muerte,

que son por sí mismos muy eficaces y soberanos;

para que estando cubierto con ellos

no aparezca nada de pecado en mí,

y por este medio

os sea más agradable

y me halle más dispuesto a recibir

vuestras gracias y luces en la oración;

porque nada hay que deba yo omitir

para prepararme debidamente

a recibir en ella vuestras divinas bendiciones

y para conseguir el efecto de mis súplicas;

y nada, por otra parte, me puede disponer mejor a esto,

como el hallarme revestido de vuestros méritos,

los cuales dan al alma tal pureza y candor

que, gracias a ellos, aparece en un momento

muy diferente de lo que era antes

a vuestros ojos.

d Esta es la gracia que os pido, ¡oh mi buen Jesús!

Del acto de unión con Nuestro Señor

166 No cabe duda que si se hace bien el acto de aplicación de los méritos de Jesucristo, puede hacernos agradables a Dios y moverle a admitirnos de buen grado a su divino trato, y obtenernos el efecto de nuestras oraciones.

167 Pero, aun cuando nuestros pecados, por ese acto, estuviesen ocultos delante de Dios, y Dios no se acordara de ellos, por razón de la eficacia de los méritos de Jesucristo y de la aplicación de los mismos a nuestra alma, sin embargo, como nos queda todavía la obligación de satisfacer por nuestras culpas, puesto que los méritos de la Pasión y Muerte de Jesucristo no se nos aplican para destruir en nosotros el pecado, sino a condición de que satisfagamos nosotros plena y enteramente por la pena que les es debida; por eso conviene que no nos contentemos con haber hecho un acto de aplicación de los méritos de Nuestro Señor, sino que hemos de hacer después un acto de unión con Él: uniéndonos a sus disposiciones interiores cuando oraba, y suplicándole que haga Él mismo oración en nosotros, y presente nuestras necesidades a su Padre, considerándonos como cosa que le pertenece y como miembros suyos, que no tienen ni pueden tener ni vida interior, ni movimiento, ni acción sino en Él, porque estas cosas no se hallan en los que están ya en su santa gracia, sino en cuanto Él los anima.

168 Debiendo estar persuadidos de que si Nuestro Señor quiere unirse a ellos en la oración, y hacer oración en ellos, su oración será muy agradable al Eterno Padre, y les atraerá gran número de gracias.

169 ***Se puede hacer este acto de unión a Nuestro Señor en esta forma:***

a Dulcísimo Jesús mío, me uno

a vuestras disposiciones interiores cuando orabais.

Entonces era cuando verdaderamente,

estabais en vuestro Padre,

y vuestro Padre en Vos;

entonces,

cuando pensabais y amabais

lo que Él amaba y pensaba,

y adorabais sus divinos designios

sobre Vos.

Porque toda vuestra aplicación

era que se cumpliesen en Vos.

b Haced en mí de igual manera lo que queréis que yo haga.

c Presentad Vos mismo mi oración,

y exponed, os ruego, todas mis necesidades

a vuestro Eterno Padre.

d Haced que no piense en Él sino por Vos,

y que sólo le ame en Vos

para que en Vos y por Vos consiga

lo que por mí mismo

no podría alcanzar,

y nada me sea negado

de cuanto os dignéis

pedir en mi;

pues, yo sé que, según Vos mismo lo decís,

siempre sois escuchado del Eterno Padre.

Haced que no piense en Él sino por Vos,

y que sólo le ame en Vos

e Entrad en mí

como en cosa vuestra,

y animadme como a uno de vuestros miembros.

f Haced que yo permanezca en Vos

y Vos en mí,

porque yo no puedo obrar lo bueno

sino en cuanto estoy en Vos

y Vos en mí,

pues

sois el autor de todo bien.

g Haced, en fin, que mi vida interior

se mantenga y conserve

por vuestra vida en mí,

pues,

así como un sarmiento no tiene savia

sino en cuanto está unido a la cepa,

así también, ¡oh amable Jesús mío!

mi alma no puede tener vida,

movimiento, ni acción interior

sino en cuanto esté unida a Vos,

y no sea yo sino una sola cosa

con Vos y en Vos.

Del acto de invocación al Espíritu de Nuestro Señor

170 No basta haber atraído a sí a Jesucristo en la oración y haberse unido a El y a sus santas disposiciones para dicho ejercicio, y haberle pedido que haga oración en nosotros.

Como podría suceder que uno no permaneciese largo tiempo en esa disposición, a causa de las distracciones que llegasen a embargarle la mente durante la oración, o que, dejándose llevar de pensamientos naturales y humanos, no sacase de ella fruto alguno; parece a propósito, además, pedir a Nuestro Señor que nos dé su Espíritu para no hacer oración sino por moción del mismo; y para que podamos llenarnos de ese divino Espíritu es preciso renunciar al propio juicio y a los propios pensamientos, para no admitir en sí, durante la oración, más que aquellos que el Espíritu Santo se digne inspirarnos y comunicarnos durante ese tiempo.

De modo que se realice en nosotros lo que dice San Pablo, a saber, que el Espíritu de Dios es quien ora en nosotros, porque no podemos por nosotros mismos tener ningún buen pensamiento como de nosotros mismos.

171 ***He aquí cómo puede uno hacer el acto llamado de invocación al Espíritu de Nuestro Señor:***

a ¡Oh Jesús, Salvador mío!

que derramasteis vuestro divino Espíritu

sobre los santos Apóstoles,

mientras oraban en el Cenáculo,

en donde habían recibido vuestro sagrado Cuerpo

de vuestras propias manos,

b os suplico que os dignéis darme

hoy ese Espíritu Santo,

para no hacer oración sino dirigido por Él;

a fin de que, poseyéndolo plenamente,

alejéis de mí todos mis propios pensamientos,

para no estar ocupado, durante toda mi oración,

sino en los que vuestro divino Espíritu

se digne inspirarme

e infundir en mí;

pues, como dice San Pablo,

nadie puede decir "Amén", de un modo digno de Dios,

como no sea movido por el Espíritu Santo.

c Ese mismo divino Espíritu es

quien hará subir mi oración hasta Vos,

como incienso de muy agradable olor,

y podrá luego conservar en mí el espíritu de oración,

y mantener el fuego

que hubiereis encendido en mí

durante ese tiempo,

para expresarme con vuestras divinas palabras.

d Diré, pues, con la Iglesia:

Ven, ¡oh divino Espíritu!

y mándanos desde lo alto del cielo

un rayo de tu luz.

172 Todos los actos que se han dado como ejemplos en esta primera parte de la oración, van encaminados tan sólo a ayudar a los que empiezan a ejercitarse en la oración y fueran incapaces de hacerlo por sí mismos.

173 Tomen, pues, de ellos lo que les parezca conveniente, o crean serles de alguna utilidad; y si no les satisfacen, hagan, ellos otros a su gusto tomando éstos por modelos, según se los sugieren la mente y el corazón.

174 Pues, no se pretende que usen de ordinario los que aquí, se ponen, porque de lo contrario no sería ya su oración una súplica del corazón , sino que se convertiría en simple oración vocal, la cual no tendría para ellos tanta utilidad y eficacia como la que, salida de lo íntimo del corazón, es producida en el alma por el Espíritu Santo, cuya moción es necesaria para hacer oración.

175 Procederán de igual modo respecto a todos los demás actos que se les proponga en la explicación de las otras dos partes de la oración.

Segunda parte: misterio

Explicación de la segunda parte del método de oración cuando la aplicación versa sobre un misterio

176 En la segunda parte de la oración, puede aplicarse el alma al asunto de algún misterio de nuestra santa religión, tomándolo por materia de su meditación, particularmente los misterios que se refieren a Nuestro Señor Jesucristo

Capítulo 7

Qué se entiende por misterios y del espíritu de ellos

177 Entiéndese por misterios de Nuestro Señor los hechos principales que el Hijo de Dios encarnado ha llevado a cabo para nuestra salvación; tales como su Encarnación, Natividad, Circuncisión, Pasión y Muerte.

Puédese también tomar por asunto de la meditación algunos de los misterios de la Santísima Virgen: como su Inmaculada Concepción, su Natividad, etc.

178 Se empieza ante todo, por penetrarse bien del espíritu del misterio: lo cual puede hacerse fijándose, ya en lo que de él se refiere en el Santo Evangelio, ya en lo que la Iglesia nos propone acerca del mismo en sus instrucciones; y esto, ya por simple mirada de fe, esto es, por simple atención al misterio, que creemos porque la fe lo enseña, ya por medio de alguna reflexión acerca del misterio o de los puntos de la meditación que tratan de él, con lo cual se despierte y excite la devoción hacia el mismo, y quede el alma penetrada de un sentimiento de reverencia interior mientras lo considera.

179 Es necesario unir a esa reverencia un deseo interior de aprovecharse de él, y de recibir su espíritu, la gracia y fruto que Nuestro Señor desea que saquemos de él.

180 Pues ha obrado esos divinos misterios de nuestra santa religión, no solamente para rescatarnos, sino también para instruirnos y movernos con su ejemplo a la práctica de las virtudes más sólidas y santificadoras, que Él mismo practicó en los sagrados misterios que obró; y esto es lo que se llama espíritu de los misterios.

181 De modo que cada uno de ellos tiene un espíritu que le es propio y peculiar, porque Nuestro Señor ejercitó e hizo resplandecer en él ciertas virtudes que se notan de un modo particular, con admiración y asombro, cuando se le considera con seria y profunda atención; y porque esas virtudes las practicó Jesucristo para darnos ejemplo, e inducirnos a practicarlas a imitación suya, ayudados de los auxilios de la divina gracia que nos mereció, y que está vinculada a dicho misterio, formando como parte del espíritu y del hecho.

182 Por ejemplo, el espíritu del misterio de la Encarnación es la caridad, pues por caridad y amor a los hombres, como dice Nuestro Señor, el Padre Eterno dio a su único Hijo, el mismo Hijo se encarnó, y el Espíritu Santo obró ese misterio.

Lo es también la humildad, pues, según San Pablo, el Hijo de Dios se anonadó tomando la forma de esclavo.

183 El espíritu del misterio del Nacimiento de Nuestro Señor es el espíritu de infancia; pues habiendo venido el Hijo de Dios a este mundo, dice el evangelista san Juan, cap. 1, que dio a todos los que le recibieron el poder de llegar a ser hijos de Dios. El espíritu de infancia consiste en la sencillez, docilidad, pureza y en el menosprecio de las riquezas y de las grandezas mundanas.

184 El espíritu del misterio de la Circuncisión es la humildad y mortificación; pues, quiso Nuestro Señor tomar sobre sí, al dejarse circuncidar, la señal de pecador, y derramar su sangre con sufrimiento y dolor.

185 El espíritu del misterio de la Transfiguración es el espíritu de plegaria y oración.

Y así de los demás.

186 Pueden hacerse nueve actos en la segunda parte de la oración, referentes al misterio en que uno se ocupa.

187 Los tres primeros se refieren a Nuestro Señor; los tres siguientes, a nosotros mismos, y los tres últimos se refieren:

el primero a Nuestro Señor,

el segundo, a Dios,

y el tercero, a los Santos.

Como se ve, los tres últimos actos tienen cada uno su objeto diferente; pues el primero tiene por objeto a Nuestro Señor Jesucristo, el segundo, a Dios Padre, y el tercero, a los Santos de nuestra particular devoción.

Capítulo 8

De los tres actos que se refieren a Nuestro Señor

188 Los tres actos que se refieren a Nuestro Señor son:

1º, de fe;

2º, de adoración;

3º, de agradecimiento.

Del acto de fe sobre un misterio

189 Se hace un acto de fe sobre el misterio que se medita, por ejemplo, sobre el Nacimiento de Nuestro Señor, creyendo firmemente que obró el misterio; esto es, que, habiéndose encarnado, nació niño pequeñito del seno de la Santísima Virgen.

190 Y para persuadirse más firmemente de esta verdad, puede traerse a la mente un pasaje de la Sagrada Escritura, que lo enseñe o se refiera a él: como estas palabras del Ángel a los pastores en San Lucas, cap. 2: Hoy os ha nacido un Salvador que es el Cristo, el Señor; o bien estas otras de San Mateo, cap. 1, sacadas del profeta Isaías: Os declaro que una Virgen concebirá y dará a luz un hijo que será llamado Emmanuel, esto es, Dios con nosotros.

191 ***Se puede hacer el acto en esta forma:***

a Señor mío Jesucristo, creo firmemente

que Vos,

Hijo único

de Dios Padre todopoderoso

y un mismo eterno Dios con Él,

os dignasteis haceros hombre

y vestiros de nuestra carne,

tomando un cuerpo y alma

semejantes a los nuestros,

por obra del Espíritu Santo,

en el seno de la Virgen purísima,

de la cual nacisteis

bajo la forma de un niño pequeño,

sin cesar de ser Dios.

b Esto lo creo, ¡oh Salvador mío!

porque la fe así me lo enseña.

192 ***Modo de ocuparse en este acto de fe***

a Sí, ¡oh Dios mío!

creo que os hicisteis niño

por amor mío.

Nacisteis en un establo

a media noche

y en lo más crudo del invierno,

fuisteis reclinado [en un pesebre]

sobre un poco de heno y paja.

Vuestro amor para conmigo
os ha reducido a una pobreza
e indigencia inauditas,
y tan extremadas,
que nunca hasta entonces se había oído decir
cosa semejante.
Creo, Señor mío,
todas estas verdades que la fe me enseña
de vuestro amor para conmigo.
b Hubierais podido nacer
en la abundancia de las riquezas,
en el esplendor de las honras humanas
y en el palacio más suntuoso
que jamás hubiera existido.
Podíais, al nacer,
tomar posesión de todos los reinos del mundo,
pues eran vuestros,
según estas palabras del Real Profeta, Salmo 23:
La tierra y todo cuanto encierra es del Señor.
Pero no quisisteis gozar de ninguno de estos derechos,
divino Salvador mío.
c Vuestra infinita sabiduría juzgó
que era más conveniente a mi debilidad
presentarme
en vuestra adorable persona
el ejemplo de la vida que debo vivir,

y del camino que debo seguir

para llegar a la verdadera gloria

y al goce de los verdaderos bienes,

de las riquezas espirituales y celestiales,

por el desprecio

de los bienes perecederos de la tierra

y de los falsos honores transitorios.

d Conocíais, Señor,

con qué vehemencia

me arrastra a esas cosas mi inclinación

soberbia, avarienta

y sedienta de placeres seductores;

y quisisteis

curarme de tan funesta dolencia a costa vuestra,

llevado de vuestro amor y bondad infinitos,

mereciéndome la gracia

de ir en pos de Vos y de seguir vuestras pisadas.

e Estoy resuelto a seguiros,

¡oh amable Salvador mío!,

por más que me cueste,

cualesquiera que sean las repugnancias

que experimente mi naturaleza corrompida,

y por grandes que sean las dificultades

que pueda encontrar mi amor propio.

f Os suplico,

¡oh Dios mío!,

me ayudéis en mi flaqueza,

que es tan grande

cuando se trata de poner esto por obra.

g Concededme la gracia

que me habéis merecido en este misterio

de imitaros.

h Dignaos, Señor, aumentar mi fe, que es muy débil.

193 ***Otro modo de entretenerse sobre este acto de fe, considerando a Nuestro Señor como hijo del hombre para hacernos hijos de Dios***

a Con todo mi corazón creo,

¡oh Dios mío!

Verbo eterno,

verdadero Hijo único de Dios Padre,

que os hicisteis hijo del hombre

para merecerme la gracia

de llegar a ser hijo de Dios, vuestro Padre.

b La grandeza infinita de vuestra caridad, Señor,

fue lo que os condujo a tal exceso

de abatimiento y humillación.

c Vinisteis a vuestra propia casa,

dice vuestro evangelista san Juan, cap. 1,

esto es, a este mundo, que es vuestro,

pero los vuestros no os recibieron.

Los judíos,

que eran vuestro pueblo y vuestros siervos,

os desconocieron,

os rechazaron y no quisieron recibiros;

pero disteis a todos los que os recibieron

el poder de llegar a ser hijos de Dios.

Los judíos no os recibieron

a causa del estado pobre y miserable

en que quisisteis venir a este mundo;

se escandalizaron

de vuestra abyección exterior.

No entendieron

que vuestra sabiduría

y vuestro amor a los hombres

os movieron a cargar con nuestras miserias,

para

enriquecernos con los tesoros inestimables

de vuestra gracia en este mundo,

y de vuestra gloria en el otro.

d ¡Oh bondad excesiva de mi Dios!,

os humillasteis en este mundo

para ensalzarme hasta el cielo;

os hicisteis miserable en la tierra,

para hacerme feliz en el cielo.

e ¡Oh caridad infinita del Eterno Hijo de Dios!,

os hicisteis hermano mío,

haciéndoos hijo del hombre;

de modo que

no os avergonzáis,

dice vuestro Apóstol, en su epístola a los Hebreos, cap. 2, de llamarnos hermanos vuestros

diciendo a vuestro Padre:

Anunciaré tu nombre a mis hermanos;

te alabaré en medio de la iglesia.

Heme aquí, yo y mis hijos, que Dios me dio.

Y, por cuanto, añade san Pablo, los hijos

tienen carne y sangre,

el también participó de las mismas cosas.

Fue necesario que en todo

se asemejase a sus hermanos,

para que fuese un pontífice misericordioso y fiel a Dios,

para expiar los pecados del pueblo,

pues, habiendo experimentado la tentación,

puede socorrer a los que son tentados.

f ¡Cuán grande es esa dicha! ¡Cuán prodigiosa!

¡Cuán excelente es mi nobleza,

y cuán elevada sobre todas las del mundo!

¡Puedo ser eternamente

hijo de Dios y hermano de Dios!

¡Oh, qué dignidad! ¡Qué favor y qué bien tan grande!

Alma mía, ¿entiendes bien qué quiere decir esto?

g A Vos lo debo,

¡oh amabilísimo Hijo único y eterno de Dios!

A vuestro amor, Señor y Dios mío,

soy deudor

de este favor incomparable.

Al haceros hijo de una Virgen purísima,

me habéis adquirido el poder gozar

de la gracia de adopción de los hijos de Dios,

según la expresión de san Pablo.

h Haced, ¡oh amable Jesús mío!

que me haga digno, en cuanto me sea posible,

de esa gracia,

ya que tanto padecisteis para merecérmela.

Haced que viva

de modo que exista alguna semejanza

entre mi vida y la vuestra,

imitando vuestras santas virtudes.

Esta es la gracia que os pido,

pues [comprendo que] éste es el espíritu del misterio

de vuestro adorable nacimiento e infancia.

Os suplico, Señor, me la concedáis

por los méritos de vuestro mismo nacimiento.

Cómo puede uno entretenerse con la Santísima Virgen en la oración que se hace sobre el misterio precedente

194 ***Puede también dirigirse uno a la Santísima Virgen en este misterio, poco más o menos en esta forma:***

a Virgen Santísima, yo creo firmemente

que Jesús Nuestro Señor,

Hijo único de Dios Padre,

fue concebido en vuestro seno

por obra del Espíritu Santo.

Lo creo, porque la fe me lo enseña.

b En Vos, ¡oh felicísima Virgen!

se cumplió la profecía de Isaías:

Una Virgen concebirá y dará a luz un hijo,

que será llamado Emmanuel,

esto es, Dios con nosotros.

Virgen erais

cuando concebisteis el Hijo divino,

Virgen fuisteis

en el parto,

y Virgen permanecisteis

después del parto.

Sois la más pura de las vírgenes

y la más gloriosa de las madres:

y por eso

os llamarán bienaventurada

todas las generaciones.

c Creo todas estas verdades que la fe me enseña

porque Dios las ha revelado.

Alégrome sobremanera por ello

¡oh bienaventurada Virgen!

Y de todo corazón os felicito

d Os suplico humildemente,

¡oh Santísima Madre de Dios!

que os dignéis pedir a vuestro divino Hijo

me haga partícipe

del espíritu y de la gracia del misterio

de su nacimiento

e infancia santísima.

e Por Vos, ¡oh incomparable Virgen!

ese Dios de amor y de misericordia

vino a nosotros para salvarnos.

En Vos

se hizo hijo del hombre,

tan verdaderamente

como es, desde toda la eternidad, Hijo de Dios.

En Vos

nos mereció la gracia

de ser adoptados como hijos por Dios su Padre.

Y por vuestra mediación ante vuestro queridísimo Hijo

esperamos recibir

el efecto de esa gracia y el espíritu de hijos de Dios.

f Os suplicamos nos lo alcancéis,

por el amor con que amáis a este Dios de amor

como a verdadero Hijo vuestro,

y por el amor con que El os ama

como a verdadera Madre suya.

195 El primer fruto que debe producir en nosotros la consideración del nacimiento de Nuestro Señor es sumo horror y grande alejamiento de todo pecado, pues que el Hijo de Dios se abatió y humilló, y, como dice San Pablo a los Filipenses, cap. 2, 7: se anonadó tomando la forma de esclavo, y haciéndose niño para destruir el pecado con sus sufrimientos.

196 El segundo es una gran confianza de alcanzar de Dios el perdón de nuestros pecados, con tal que tengamos un verdadero dolor de ellos, junto con la resolución de no cometer ninguno voluntariamente; y todas las gracias que pidamos por los méritos del Hijo de Dios hecho niño.

197 El tercero, profundo amor a Nuestro Señor y tierna devoción hacia Él, considerándolo como Niño Dios, que nace por nuestro amor.

198 El cuarto, desprecio extremo de las riquezas y de los honores, a vista del Hijo de Dios que nace en este mundo tan pobre y humillado.

199 El quinto, en fin, deseo intenso de imitarle en todas las virtudes, de las cuales nos da ejemplo ya desde su nacimiento.

200 ***Modo de entretenerse con Nuestro Señor, considerando que nace en este mundo para destruir el pecado***

a ¿Cómo me atreveré, Señor y Dios mío,

a cometer todavía el pecado, sabiendo,

como dice San Juan en su primera epístola, cap. 3,

que vinisteis

para borrar el pecado

y para destruir las obras del demonio,

que son los pecados?

¿Qué?

¿Voy a restablecer en mí

lo que vinisteis a destruir

con tantas penas y sufrimientos?

b Mis pecados, Señor,

son los que os han reducido al estado

de infancia, de pobreza y humillación.

Ellos,

los que os hicieron derramar tantas lágrimas

en vuestro nacimiento;

mi orgullo

y mi amor al lujo y a las vanidades,

os movieron a humillaros

hasta nacer en un establo,

y ser reclinado en un pesebre,

sobre la paja,

entre dos viles animales.

c Para confundir y destruir

mi codicia y deseo insaciable

de los bienes y de las riquezas,

como también mi amor desordenado

a las comodidades y placeres,

sufristeis una pobreza tan rigurosa;

y después de considerar estas verdades,

¿querría yo todavía cometer el mal?

¡Ah! Señor,

no permitáis que sea tan perverso

que tenga aún afecto al pecado,

después que tanto os costó el destruirlo.

d A Vos que sois

mi Creador,

mi Padre,

mi Rey

y mi Dios.

¡Oh! haced que muera

antes que seguir haciendo cosas tan indignas,

o volver a cometer

las que me habéis hecho la gracia de repudiar.

e Salvador todopoderoso, amable Jesús:

por la virtud y gracia

de vuestro adorable nacimiento,

destruid y aniquilad en mí

todo pecado

y toda inclinación a él,

y perdonadme misericordiosamente

cuantos

he tenido la desgracia de cometer.

201 ***Confianza***

Puede también entretenerse uno, con respecto al segundo fruto, a saber, la confianza, poco más o menos de este modo.

a Grande ha de ser mi confianza,

¡oh amable Salvador mío!,

de que vuestro Padre celestial me perdonará mis pecados

por vuestro amor

y por vuestros merecimientos;

y espero todavía más;

pues, confío en que,

en atención a Vos

y a vuestros méritos,

me concederá las gracias que necesito

para evitar el pecado,

corregirme de mis defectos,

adquirir las virtudes que Él desea en mí,

y, en fin, la vida eterna.

b Vuestro Apóstol es quien me anima

a tener esa confianza,

cuando dice a los Romanos, cap. 8:

¿Se puede concebir

que Dios, que nos dio a su propio Hijo,

no nos diera con él todas las cosas?

Sí, divino Salvador mío,

lo espero todo de la bondad infinita de vuestro Padre,

aunque por mis muchos pecados

sea merecedor del infierno.

c Vos sois para mí prenda maravillosa

del amor que me tiene

y de su sincera voluntad

de perdonarme

y salvarme.

Porque Él mismo protesta en la Sagrada Escritura

que no quiere la muerte del pecador,

sino su conversión, su vida y su salvación.

Vos, ¡oh amable Jesús mío, Niño Dios!

sois para mí una prueba convincente de esta verdad.

d Y por esto pongo toda mi confianza

en la misericordia de vuestro Padre celestial,

en vuestro amor

y en vuestros merecimientos.

202 ***El amor a Jesús Niño***

a ¿Cómo podría dejar de amaros,

¡oh Verbo Eterno!

pues el amor infinito con que me amáis

os movió a haceros carne,

según la expresión de San Juan, en su Evangelio?

Sólo teníais motivos

para odiarme eternamente

y castigarme

según el rigor de vuestra justicia,

por la enormidad de mis pecados;

y, sin embargo,

me dais prueba de infinito amor.

b ¡Oh, maravilla!

Os hicisteis niño,

y niño pobre, humilde

y el más amable de todos los niños.

¡Oh, cuánto me amáis,

y cuán poco os he amado yo hasta ahora!

¡Qué señales más refulgentes

de amor me dais!

¡Oh, cuán mal os he correspondido!

c Perdonadme, Dios mío,

y concededme, os ruego, vuestra santa gracia,

con cuya ayuda quiero amaros

con todo mi corazón,

con toda mi alma

y con todas mis fuerzas.

d ¡Oh Jesús! Niño Dios,

amable Salvador mío,

Hijo querido de María y de Dios,

júroos inviolable y eterno amor;

os ofrezco, os doy y consagro mi corazón;

derramad en él vuestro divino amor.

e Haced, ¡oh Dios de amor!,

que os ame con todo el amor

con que Vos mismo deseáis

que os ame.

Haced, Señor, que viva

y muera en vuestro amor

y por vuestro amor.

Amemos, pues, a Dios,

exclama vuestro discípulo amado,

ya que Dios nos amó el primero

(1ª Epístola, cap. 4).

f ¡Oh, y cuán justo es amar

a quien tanto nos amó,

al que es tan amable

y tan digno de ser amado!

¡Oh Jesús, mi amor, deseo morir de amor a Vos!

203 Pueden hacerse coloquios semejantes sobre los demás frutos que se pueden sacar de este misterio.

Reflexiones cortas continuadas por largo tiempo

204 Las varias maneras arriba propuestas para considerar los misterios por discursos y reflexiones numerosas pueden ser útiles; pero no será menos ventajoso entretenernos en ellos con reflexiones cortas continuadas por largo tiempo sobre un pasaje de la Sagrada Escritura que tenga relación con el misterio a que se quiere aplicar.

205 Por ejemplo, respecto al misterio del Nacimiento de Nuestro Señor, se puede traer a la memoria este texto de Isaías, capítulo 9:

Nos ha nacido un niño,

un hijo nos ha sido dado.

Después se hace una reflexión sin mucho discurso sobre ese pasaje, que sirva para mantener la atención fija en él y en el misterio de una manera interior y fundada en la fe.

206 ***Se puede hacer, por ejemplo, esta reflexión:***

¡Cuán grande es el amor y la bondad que Dios nos mostró,

dándonos a su propio Hijo!

Después se detiene uno en ella con mucha atención todo el tiempo posible, y del modo más vivo y más sencillo que pueda.

207 Esta reflexión corta, animada de fe, apoyada en un pasaje de la Sagrada Escritura, da facilidad al alma para aplicarse al misterio de una manera interior, para penetrarse de él, de tal modo que se grabe en el entendimiento y en la voluntad, los cuales vienen a quedar como empapados de él y reciben sus impresiones, participando así del espíritu y de la gracia del misterio, y quedando, a la vez, suavemente dispuestos y arrastrados dulcemente a practicar las virtudes que en el misterio se descubren; y éste es precisamente el fin a que se ordena [la oración], pues es cabalmente el que se propuso Nuestro Señor Jesucristo al obrar sus misterios.

208 Cuando se advierte que la mente no encuentra ya facilidad en ocuparse en el pasaje escogido, por medio de la reflexión primera, se puede hacer otra que se refiera al mismo pasaje, y le haga nuevamente presente al espíritu.

209 Puede hacerse, por ejemplo, esta otra reflexión:

Puesto que Dios me amó hasta hacerse niño por mi amor, ¿no es justo que yo me sujete y humille como un niño por amor suyo?

Esta nueva reflexión despierta otra vez la atención sobre el pasaje y sobre el misterio, y hace que el entendimiento y el corazón se ocupen en él con nuevo afecto y fervor.

Del modo de entretenerse [en el misterio] por simple atención

210 Finalmente, puede entretenerse uno en el misterio por simple atención, la cual se llama también contemplación, y consiste en mantenerse en profundo respeto interior considerando el misterio con una mirada interior de fe viva y respetuosa, que disponga el entendimiento y la voluntad a una adoración silenciosa de amor, de admiración, de gratitud y de acción de gracias, de anonadamiento, y de un deseo intenso de unirse a Nuestro Señor en el misterio y de participar de su espíritu y de sus gracias.

En esta disposición se mantendrá más o menos tiempo, según que se sienta atraído o encuentre gusto en ello; cuidando de no interrumpirla para producir actos particulares de esas diferentes disposiciones interiores, pues no es necesario distinguirlas separadamente, porque pueden concebirse con una concepción espiritual simple e implícita, esto es, no explicada, ni distinguida o separada actualmente por actos formales; con tal que la disposición sea viva y ardiente, pudiéndose alimentar y fomentar por medio de algunas palabras afectuosas, pronunciadas de vez en cuando, con más o menos frecuencia, según sea necesario, o conforme se sienta inclinado a la práctica de las virtudes, como arriba se ha dicho.

211 Puede verse en la explicación de la primera parte lo que allí se expuso respecto a estas tres maneras de ocuparse en la presencia de Dios, las cuales fácilmente se pueden trasladar a un misterio.

212 Estas tres diferentes maneras de aplicarse a la oración sobre un misterio, así como a la santa presencia de Dios, pueden referirse a los tres estados de la vida espiritual.

Los coloquios por discursos y razonamientos numerosos, al de los principiantes; las reflexiones raras continuadas por largo tiempo, al de los proficientes; y la simple atención, al de los adelantados.

Del acto de adoración

213 Después que se ha hecho un acto de fe sobre el misterio, y haberse ocupado algún tiempo en el mismo por alguno de los modos que se acaban de proponer, es muy conveniente hacer un acto de adoración, para rendir homenaje a Nuestro Señor, por haber obrado el misterio objeto de la oración; permaneciendo con esta atención en su presencia, con profundo respeto.

214 ***Lo cual se puede hacer de la manera que sigue, considerando a Nuestro Señor Niño, recién nacido y expuesto en el pesebre:***

a Postrado humildemente

ante vuestro pesebre,

¡oh Santísimo y adorable Niño Jesús!,

os adoro con el más profundo respeto,

reconociéndoos por el Dios de la majestad,

que habitáis en el cielo

en una luz inaccesible,

según dice San Pablo.

b Vos sois, Señor mío,

el Verbo eterno, engendrado del Padre Eterno.

Por Vos han sido hechas todas las cosas,

y por Vos, oh sabiduría del Padre,

subsisten

y son gobernadas.

Os hicisteis hijo del hombre

por amor a los hombres y para salvarlos.

Llenos están el cielo y la tierra

de vuestra majestad y gloria;

y Vos estáis hospedado en un establo

y reclinado en un pesebre.

c ¡Oh Dios grande,

hecho niño pequeño!

Os adoro con todo mi corazón;

adoro vuestra grandeza infinita

encerrada en ese cuerpecito de niño,

sin dejar

de llenar y contener todo el universo.

d Dios mandó a sus Ángeles,

dice San Pablo,

que os adorasen en vuestro advenimiento

al mundo.

Y esto es lo que hacen

glorificando a Dios Altísimo,

y anunciando la paz

que traéis a la tierra

a los hombres de buena voluntad.

Únome a los espíritus celestiales

para tributaros,

¡oh Dios mío y Salvador mío!

todos los homenajes que os son debidos.

e Humíllome delante de Vos,

Señor de los Ángeles y de los hombres,

para rendiros homenaje

con todas las potencias de mi alma;

anonádome a vuestros pies,

para adorar vuestro abatimiento

y honrarlo con el mío,

en cuanto me sea posible.

215 ***Otra manera de adorar a Nuestro Señor Niño en los brazos de su Santa Madre***

a ¡Oh Altísimo y Eterno Dios,

que estáis sentado en el cielo sobre los querubines,

según dice vuestra Sagrada Escritura,

y sois engendrado del Padre en el esplendor de los Santos!:

vuestro amor para con nosotros os movió

a abatir vuestra majestad infinita,

hasta haceros niño pequeño

semejante a nosotros,

y nacer de una Virgen.

b Os adoro en los brazos de vuestra Santa Madre,

como en el trono

más digno de vuestra majestad,

después del seno de vuestro Padre celestial.

Me abismo a los pies de este trono de gracia,

para tributar a vuestra suprema majestad

todo el honor que me sea posible.

Os reconozco por mi Dios,

mi Redentor y Salvador,

que venís

a rescatarme y librarme de mis pecados.

c Vos sois, Señor, el verdadero Cristo, Hijo de Dios vivo, el Mesías enviado de Dios, vuestro Padre,

prometido por los Profetas,

y por tanto tiempo deseado,

como el único Salvador del mundo.

Os adoro, ¡oh Jesús,

Hijo de Dios, Hijo de David,

e Hijo de la Virgen Inmaculada!

d Vos sois mi Señor y mi Dios.

Me someto total e irrevocablemente a Vos,

como a mi Rey eterno,

de quien dependo

y quiero depender para siempre.

Os juro, ¡oh Soberano Señor mío!,

eterna fidelidad, obediencia y amor.

e Asistidme, ¡oh adorable Salvador mío!,

con la gracia poderosa

que vinisteis a traernos y merecernos

por vuestro santo nacimiento;

para que persevere constantemente

hasta la muerte

en la fidelidad

que os debo

y os prometo.

f La que os pido, ¡oh amable Jesús mío!,

por intercesión de vuestra Santísima Madre.

216 ***Acto de homenaje a la Santísima Virgen, como a Madre de Dios***

a Gloriosísima Virgen, Madre de mi Dios,

en este día felicísimo

en que disteis purísimamente a luz

al Dios Niño,

vinisteis a ser de un modo particular

la Madre de los hombres,

y la reina

de todas las criaturas del cielo y de la tierra.

b Me postro con toda mi alma a vuestros pies

para tributaros toda la gloria y honra

que por este motivo se os puede tributar.

Vos sois la Madre de mi Criador y la mía;

Vos sois mi reina y señora.

Os alabo, os respeto y amo

sobre todas las cosas

después de Dios y de vuestro divino Hijo;

y me someto a vuestro dulce imperio

en el tiempo y en la eternidad.

Y ¿quién podrá, amable Madre mía,

dejar de someterse a él,

después que el mismo Dios

se dignó sujetarse a vuestra obediencia

en calidad de hijo vuestro?

¡Oh! sí; de todo corazón me someto a este dominio.

c Suplícoos, Santísima Madre de Dios,

que me alcancéis de vuestro queridísimo Hijo

la gracia de vivir y morir

en su obediencia y en la vuestra.

Del acto de agradecimiento

217 Después de haber adorado a Nuestro Señor en el misterio, tributándole así el primer homenaje que se le debe, se hace un acto de agradecimiento para manifestar a Nuestro Señor nuestra justa gratitud, y darle gracias por el amor que nos manifestó al obrar este misterio, y por todo cuanto su excesiva caridad le hizo emprender y padecer en orden a nuestra santificación.

218 ***Lo cual puede hacerse poco más o menos de este modo:***

a Muy justo es, ¡oh Dios mío!,

que después de haber hecho tanto por mí,

como el haceros hombre

y nacer en forma de niño,

para ofreceros en sacrificio

a la justicia de Dios, vuestro Padre,

como víctima viva, pura, santa

y agradable de Dios,

para expiación de mis pecados y santificación mía;

muy justo es, digo,

que os manifieste por ello perfecto agradecimiento,

y os dé humildísimas gracias.

Os agradezco con todo mi corazón, ¡oh Dios mío!,

tan gran bondad;

os doy miles de gracias

por tan gran beneficio.

b Por mis pecados me había hecho

hijo y esclavo del demonio,

objeto del odio de vuestro Padre

y digno de muerte eterna.

Pero Vos os habéis movido a compasión

a vista de mis miserias y desgracias,

bajando a este mundo para librarme de ellas.

¡Oh caridad infinita de mi Dios!

¡Oh bondad incomprensible!,

¿cómo podré yo pagaros tan gran merced?

c Quisiera ofreceros por ella un agradecimiento infinito; pero como no puedo,

os suplico, amable Salvador mío,

os dignéis suplir mi impotencia

aceptando mi buena voluntad,

la ofrenda que os hago

de todas las acciones de gracias

de vuestra Santa Madre

y de todos los bienaventurados ángeles y santos,

así como

la de todos mis pensamientos, palabras y obras;

suplicándoos las bendigáis

y las hagáis aceptas a vuestros ojos,

uniéndolas a las vuestras.

d No pretendo en todo esto

sino agradar a Vos sólo, ¡oh Dios mío!

e Os ofrezco además mi voluntad,

no queriendo ya hacer uso de ella,

sino con sumisión y dependencia a la vuestra.

f Esta gracia os pido, ¡oh Dios mío!,

por los méritos de vuestro santo nacimiento.

Capítulo 9

De los tres actos que se refieren a nosotros mismos

219 Después de los tres primeros actos, que se refieren a Nuestro Señor, se hacen los tres que siguen, los cuales se refieren a nosotros mismos, y son:

acto de confusión,

de contrición

y de aplicación.

Del acto de confusión

220 Se hace el acto de confusión, reconociendo uno delante de Dios cuán avergonzado debe estar por no haber procurado como debía, hasta el presente, adquirir el espíritu del misterio, es decir, esmerarse por proceder con la sencillez, docilidad y sumisión que conviene a un hijo de Dios; por no haber menospreciado las riquezas, los placeres y los honores temporales, prefiriendo a ello la pobreza, los sufrimientos y los desprecios, a imitación de Nuestro Señor en su nacimiento.

Es también muy a propósito recordar las principales ocasiones en que se ha faltado para sentir así mayor confusión.

221 ***Puede hacerse este acto del modo siguiente:***

a ¡Cuánta vergüenza y confusión debo tener,

Señor y Dios mío,

considerando y reconociendo,

en vuestra santa presencia,

lo poco o casi nada que me he esforzado

hasta ahora

para adquirir el espíritu del misterio

de vuestro santo nacimiento e infancia!

¡Ay, Señor mío!,

todavía no he detenido siquiera una vez

los ojos del espíritu y de la fe

en este misterio que obráis

tanto para mi instrucción

como para mi santificación.

b ¿Qué hacéis, Dios mío?

¡Os humilláis y anonadáis, oh Señor mío!

¡Y cómo confundís mi orgullo,

y cómo me cubrís de vergüenza!

Cuántos motivos tengo para hacerme a mí mismo

estos reproches de San Bernardo:

Gusanillo de la tierra, avergüénzate,

pues Dios se humilla

y tú te ensalzas;

Dios se somete a los hombres,

y tú, soberbio,

no quieres someterte a tu Dios.

Os veo

pobre y en la más extrema indigencia,

en la mortificación y el sufrimiento;

y yo,

miserable e indigno pecador,

que debería estar en el infierno

padeciendo penas infinitas,

no quiero sufrir nada,

ni pobreza ni dolor.

¡Oh, Dios mío, cuánto me confunde esto delante de Vos!

c Y a fin de aumentar mi confusión,

quiero recordar a lo menos

algunas de las ocasiones

en que dejé de practicar

las virtudes

de que me dais tan admirables ejemplos.

Dios mío, he faltado

a la sumisión, a la docilidad, a la sencillez,

en tales y cuales ocasiones ...,

he huido de la pobreza ... ;

he tenido apego

a tales y cuales cosas... ;

he buscado mis comodidades

en tales y cuales ocasiones...

¡Oh Dios mío, cuánta confusión tengo!

d Dignaos aceptarla benignamente

en satisfacción de mis pecados.

Del acto de contrición

222 Si el acto de confusión se ha hecho con la debida aplicación e intensidad, dispone eficazmente al acto de contrición, que conviene hacer para pedir a Dios perdón de las faltas que se han cometido contra el espíritu del misterio; resolviendo ser en adelante más fiel en adquirirlo y conformarse con él.

223 ***Puede hacerse como sigue:***

a No solamente, ¡oh Salvador mío!,

tengo una extrema confusión al ver

que casi siempre he vivido

con disposiciones y sentimientos

enteramente diferentes de los vuestros

en este misterio,

sino que además me duelo de ello de lo íntimo del alma.

b ¡Oh Dios mío,

cuánto sentimiento y dolor experimento

por una conducta tan poco cristiana!

c Os pido humildemente perdón,

por los méritos

de vuestro santo nacimiento y divina infancia.

d Asistidme, amable Salvador mío,

con vuestra santa gracia,

mediante la cual

os prometo ser en adelante

más fiel en dejarme conducir por ese espíritu.

Del acto de aplicación

224 Después del acto de contrición, será muy conveniente hacer un acto de aplicación, para mejor aprovecharse del misterio. Lo cual se hace aplicándose a sí mismo el misterio: considerando delante de Dios la gran necesidad que se tiene de entrar en el espíritu del misterio; previendo las ocasiones en que debemos hacerlo; tomando medios propios y particulares para conducirnos según este espíritu, cuando se presente ocasión.

225 ***Puede hacerse, poco más o menos, de este modo:***

a Reconozco en vuestra santa presencia,

¡oh divino Salvador mío!,

la gran necesidad que tengo

de entrar en el espíritu del misterio

de vuestro santo nacimiento,

practicando e imitando

los admirables ejemplos que me dais.

¡Oh, cuán dignos de ser imitados!

¡Cuánta necesidad tengo, Dios mío,

de sencillez, de humildad, de dulzura,

de docilidad, de sumisión y de obediencia!

b Todas estas virtudes resplandecen en Vos, ¡oh Señor mío! de un modo

tan sorprendente, tan perfecto y tan admirable,

que deja a todos los ángeles sobrecogidos y atónitos.

En efecto, ¡qué motivo de asombro

no es ver al Dios grande, todopoderoso y eterno,

que llena con su inmensidad el cielo y la tierra,

al soberano Señor de todas las cosas,

delante de cuya majestad

tiemblan de respeto y de temor

los querubines, y las potestades del cielo,

reducido a la condición de un niñito!

¡Aquel a quien todas las criaturas deben obediencia,

obedecer con sumisión a sus criaturas!

¡Qué prodigio!

c Pero, Dios mío,

¿para qué tan extraños excesos?

¡Ah , ya lo entiendo, por vuestra gracia,

oh amable Salvador mío!

Queréis enseñarme, con vuestro ejemplo,

a humillarme, a obedecer

con la sencillez, docilidad

y sumisión de un niño,

a los que me dais para guiarme.

Si no hubieseis tenido otro designio

que el de rescatarme,

no era necesario

tomaros tanto trabajo:

vuestra sola encarnación era más que suficiente;

pero quisisteis enseñarme con vuestro ejemplo

a humillarme y someterme,

como lo hicisteis Vos mismo.

d Paréceme que estoy oyendo

a vuestro Padre celestial decirme,

mostrándome a vuestra adorable persona

abatida y anonadada bajo la forma de un niño:

Os digo en verdad,

que si no os convirtiereis

e hiciereis semejantes a este niño,

no entraréis en el reino de los cielos.

¡Oh Dios mío!

bien convencido estoy de esta verdad

que si quiero

participar de vuestra gloria en el cielo

es preciso que me haga

semejante a Vos en la tierra.

e Estoy resuelto a ello

mediante el auxilio de vuestra divina gracia.

Vos me enseñáis

con vuestra extrema pobreza,

y sufrimientos,

a preferir

la pobreza, los menosprecios del mundo

y la mortificación

a las riquezas, honores

y placeres:

eso quiero yo hacer, a imitación vuestra.

f Ayudadme, Señor,

porque sin Vos nada puedo.

226 Al hacer el acto de aplicación es cuando se forman las resoluciones (por más que puedan tornarse o renovarse en cualquier otro acto); esto es lo que se entiende por tomar los medios propios y particulares para conducirse según el espíritu del misterio.

227 Las resoluciones han de tener tres cualidades:

1º han de ser presentes, de modo que puedan cumplirse el mismo día en que se forman.

2º particulares, esto es, que debe uno proponerse algunas prácticas concretas, conformes a las virtudes que se enseñan en el misterio y prever las ocasiones en que se deberá tratar de ponerlas por obra.

3º deben ser eficaces, esto es, que se ha de tener cuidado en cumplirlas cuando se presente ocasión, sin desperdiciar ninguna.

228 ***Modo de hacer dichos propósitos***

a Dios mío,

para aprovecharme

de la gracia de vuestro santo nacimiento,

y para imitar los santos ejemplos que me dais,

b hoy

me acusaré de mis faltas,

con toda la sencillez que me sea posible;

obedeceré a los que tienen autoridad sobre mi,

ciegamente en todas las cosas,

sin pensar en nada,

sino que he de obedecer

como Nuestro Señor Niño.

Si me mandaren tales o cuales cosas...,

Me parece que tendría mucha repugnancia.

Santísimo Niño Dios

por amor vuestro

y para imitaros

me dispongo a ello.

Daré cuenta de mi conciencia

sin disfraces;

declararé todo lo que sucede en mi interior

con sencillez y candor

como un niño,

en vuestro honor, ¡oh divino Niño!

c Tal vez hoy

me quiten o me cambien tales o cuales cosas... ;

me parece que me mortificaría

el que me privasen de tales o cuales otras...

Dios mío, para honrar vuestra pobreza

me resigno a ello;

y si tal cosa sucediere,

os bendeciré y me alegraré.

Me parece que tengo afición a tales cosas ...

Pues bien,

por vuestro amor y para imitaros,

lo manifestaré,

para que, si lo juzgan oportuno,

me lo quiten o cambien;

pues prefiero

ser pobre y desnudo de todo

con Vos, ¡oh Dios mío!

que rico

sin Vos.

Suplicaré que se me ejercite en todas estas cosas

que me costarían

y manifestaré cuáles son.

d Ayudadme, os suplico, ¡oh amable Salvador mío!,

con vuestra gracia,

a poner fielmente en práctica estas resoluciones.

e Y para alcanzar tal favor de vuestra bondad,

me propongo

tener especial devoción

a vuestra divina infancia

y rezar

con mucha atención

la letanía en su honor;

os honraré particularmente

el 25 de cada mes.

f Para moverme a hacerme niño e imitaros

pensaré a menudo

que vuestro Padre celestial

me dirige estas palabras:

Os digo en verdad

que si no os convirtiereis

y no os volviereis semejantes a este niño,

no entraréis en el reino de los cielos.

Capítulo 10

De los tres últimos actos de las segunda parte

229 Después de los tres actos que se refieren a nosotros, quedan aún por hacer otros tres, de los cuales

el primero es de unión con Nuestro Señor;

el segundo, de petición a Dios;

el tercero, de invocación a los Santos a los que se profesa especial devoción.

Del acto de unión con Nuestro Señor

230 Se hace un acto de unión con Nuestro Señor, uniéndose interiormente a su espíritu en el misterio, y a las disposiciones interiores que en él tuvo; pidiéndole que nos haga partícipes de ese espíritu y disposiciones; suplicándole con instancia nos conceda la gracia de entrar en el espíritu del misterio, y practicar las virtudes que enseña.

231 Ya que Nuestro Señor se hizo hijo del hombre para merecernos la gracia de ser regenerados según el espíritu, y ser hechos hijos de Dios por la adopción y gracia que está en Jesucristo, lo cual vino Él a traer a los hombres, como dice San Juan: es muy conveniente unirse a Jesús en su nacimiento, para entrar en comunicación y participación de su espíritu, por el cual podemos llegarnos al Padre como hijos adoptados en su Hijo unigénito; y, al propio tiempo, pedir al mismo Jesucristo que nos una a sus disposiciones.

232 ***Lo cual puede hacerse por el acto de unión en la forma siguiente:***

a Me uno a Vos, divino Jesús, Niño Dios,

con gran deseo de hacerme participante

del espíritu de vuestra santa infancia,

de vuestras disposiciones,

de la gracia que me habéis merecido

en el misterio de vuestro santo nacimiento.

b Os suplico humildísimamente, amable Niño Jesús,

me atraigáis Vos mismo a vuestro divino Corazón;

y me unáis a vuestro Santo Espíritu,

y a las disposiciones que teníais

en el establo de Belén,

recostado en el pesebre sobre el heno y la paja

(o bien en los brazos de vuestra Santísima Madre).

c Os suplico con instancia

me comuniquéis vuestros sentimientos

de humildad, docilidad, sumisión y obediencia

para con vuestro Padre celestial,

vuestra Santa Madre

y vuestro padre nutricio,

el gran san José.

Haced, Señor, que por vuestra gracia

me halle yo animado

de las mismas disposiciones

respecto a los que tienen derecho de mandarme;

haced más: dadme prontitud y disposición de ánimo

para someterme con sencillez,

a imitación vuestra,

a toda clase de personas.

d Hacedme participar plenamente

en Vos, Señor,

de vuestro amor

a la pobreza, a la mortificación y a los sufrimientos;

haced que ame estas cosas,

y las practique por motivos de fe,

en unión con vuestro espíritu y disposiciones,

por la moción y efecto

de vuestra santa gracia, activa y operante,

a la cual os prometo cooperar

cuanto me sea posible.

e Ayudadme poderosamente,

¡oh mi buen Jesús, Salvador mío!,

porque soy débil.

Convertidme, Señor,

con vuestra gracia

en una criatura nueva,

que no viva ni obre

como hijo del hombre pecador,

sino como hijo de Dios,

regenerado y adoptado en Vos por el Padre Eterno.

f Imprimidme como sello en la cera:

que yo esté en Vos y Vos en mí

verdadera eficazmente;

que no viva más en mí y por mí,

sino en Vos y por Vos

de modo que

Vos seáis quien viváis y obréis en mí.

g Concededme, Señor, vuestro espíritu de filiación,

que me dé la confianza de clamar a Dios

en unión con Vos:

¡Abbá, Padre!

Del acto de petición

233 Cuando se ha hecho de una manera verdaderamente interior este acto de unión con Nuestro Señor y estamos ya unidos a El interior e íntimamente, entonces nos hallamos bien dispuestos para presentarnos delante de Dios Padre, con una confianza filial de alcanzar de Él el espíritu del misterio y todas las gracias que Nuestro Señor nos ha merecido en él.

234 Por eso, el acto que sigue se refiere al Padre Eterno, pidiéndole humildemente el espíritu del misterio, suplicando a Dios con confianza nos lo conceda por Nuestro Señor y en unión con El, en quien únicamente y por cuyo Espíritu nos atrevemos a pedirlo y esperamos alcanzarlo.

235 ***Lo cual puede hacerse de esta forma:***

a Padre Eterno,

que sois el Señor del cielo y de la tierra,

cuyo amor a los hombres fue tan grande

que les enviasteis a vuestro Hijo único

para que los que creyesen en El y le recibieren

no perezcan,

sino que, hechos hijos adoptivos

en Cristo, vuestro Hijo,

tengan la vida eterna;

b os suplico humildemente

os dignéis

concederme el espíritu del misterio del nacimiento

de vuestro amadísimo Hijo,

quien por nuestro amor

quiso hacerse niño;

y dame, por amor de este vuestro Hijo,

un corazón y espíritu de hijo,

para que os ame

como a mi verdadero y único Padre

para que os tema, honre y obedezca

como lo hace todo buen hijo con su padre.

c Concededme para todo esto, ¡oh Dios mío!,

Abundante participación

del Espíritu y de la gracia de vuestro Hijo.

Regeneradme en El, ¡oh Dios mío!,

en espíritu y en gracia.

Dadme espíritu de sumisión y obediencia

a Vos

y a los que ocupan vuestro lugar en la tierra.

d Haced, os suplico, que desprecie

las riquezas perecederas,

los vanos honores de este mundo

y los placeres transitorios de esta vida,

pues no acarrean sino males eternos;

y vuestro Hijo

los rechazó,

enseñándome así a buscar otros

más convenientes a la calidad de hijo de Dios,

que vino a merecerme.

Haced, Señor, que abrace, a imitación suya,

la pobreza,

los desprecios

y sufrimientos de esta vida,

como medios para alcanzar la verdadera bienaventuranza.

e Os suplico instantemente, ¡oh Padre y Dios mío!,

me lo concedáis,

en unión con Nuestro Señor, y por Nuestro Señor,

en quien y por cuyo Espíritu

me atrevo a pedirlo y espero alcanzarlo

de vuestra paternal bondad.

Pues no puede ser,

dice San Pablo,

que al darnos a vuestro Hijo,

único objeto de vuestro amor,

no nos deis todas las cosas en El y por El.

Acto de invocación a los Santos

236 El último acto de la segunda parte es un acto de invocación a los Santos de nuestra particular devoción.

Es muy útil pedir a los Santos que nos ayuden con su intercesión, pues, según dice un Santo, Dios concede a menudo a sus oraciones lo que niega a las nuestras a causa de la imperfección que no pocas veces las acompaña.

237 Sin duda, cuando el acto de unión con Nuestro Señor se ha hecho bien, debemos confiar que alcanzaremos del Padre Eterno lo que le pedimos en nombre y en unión de su queridísimo Hijo. Pero como no podemos estar ciertos de haber hecho los actos de unión y de petición con la debida perfección, conviene acudir a los santos, para que con el auxilio de sus oraciones e intercesión, siempre agradables a Dios, cuyos amigos son, alcancemos el efecto de nuestras peticiones; a más de que, como dice la Iglesia, la superabundancia de los sufragios de los Santos es para nosotros gran auxilio ante Dios.

238 Se hace un acto de invocación a los Santos a los que se tiene particular devoción, principalmente a los que estuvieron presentes al misterio, o tuvieron parte en él, suplicándoles se interesen por nosotros ante Dios, impetrándonos el espíritu del misterio, y manifestándoles la grande confianza que tenemos en su intercesión.

239 Pero a quien se debe de invocar con preferencia es a la Santísima Virgen, aunque no hubiese tomado parte en el misterio, por ser nuestra madre, nuestra abogada y medianera ante su Hijo, porque nos ama, porque tiene grande poder ante Dios, y quiere nuestro bien más que ninguno de los Santos, y aun más que todos ellos.

240 También se ha de invocar a San José por ser patrono y protector del Instituto, persuadidos de que goza de gran crédito ante Dios.

241 Lo mismo que al santo ángel custodio y a los santos patronos del bautismo y de religión, que se interesan por nosotros de un modo particular, pues hemos sido puestos bajo su especial protección y encomendados a sus cuidados por él mismo Dios.

242 En el misterio del nacimiento de Nuestro Señor, la Santísima Virgen contribuyó dándole a luz; San José cuidando de El en calidad de padre nutricio; los ángeles asistieron a él para adorarle, glorificando a Dios, y anunciarlo a los pastores que después le visitaron.

243 Este acto de invocación puede hacerse así:

a Santísima Virgen, dignísima Madre de Dios,

por el infinito honor que os cupo

de ser Madre del Mesías, verdadero Dios,

y por la cooperación que tuvisteis

en el sagrado misterio de su Nacimiento,

dándole a luz virginalmente,

os ruego humildemente

os dignéis concederme vuestra poderosa protección

ante vuestro queridísimo Hijo

y su eterno Padre,

para alcanzarme el espíritu de este misterio.

b Tengo gran confianza

de que vuestra maternal bondad

querrá otorgarme esta gracia

y que, en atención a Vos,

Dios me concederá con abundancia

y misericordiosamente todo ello.

244 ***Invocación a san José.***

a ¡Oh gran san José,

mi glorioso y bondadosísimo padre!,

Os suplico humildemente,

por el amor tiernísimo y lleno de reverencia

con que recibisteis en vuestros brazos

al Verbo encarnado, al Hijo de Dios hecho hombre,

como hijo adoptivo vuestro,

queráis uniros a la Santísima Virgen,

vuestra amadísima esposa y mi honorabilísima señora,

para pedir a Nuestro Señor y a su Padre celestial

me conceda el espíritu de este misterio de salvación,

con toda la plenitud de que puedo ser capaz,

por la misericordia y gracia de Dios.

b Tengo grandísima confianza de que Dios me concederá

todo cuanto le pidiereis para mí;

de lo cual os guardaré, a Vos y a vuestra sagrada esposa,

eterna gratitud.

245 ***Invocación a los santos ángeles y a los pastores***.

a Santos ángeles de Dios,

que presenciasteis el nacimiento del Niño Dios,

para adorarle y tributarle vuestros homenajes;

b por la alegría con que

glorificasteis al Dios altísimo

y a su Hijo encarnado,

y convidasteis a los hombres

a que fueran a rendirle vasallaje,

anunciándoles la buena nueva

de su feliz nacimiento,

os suplico roguéis a Dios y a su amadísimo Hijo

me conceda el favor de participar

del espíritu y gracia del misterio,

según la grandeza de su misericordia.

c Afortunados Pastores, que tuvisteis la dicha

de ver los primeros al Salvador del mundo,

de ser los testigos de sus admirables virtudes,

y de aprovecharos de la paz y gracias

que trajo a la tierra,

en favor de los hombres de buena voluntad;

d os suplico roguéis a Nuestro Señor

me conceda misericordiosamente participar

de esta paz y de estas gracias,

y que por medio de ellas

pueda yo compartir el espíritu de este misterio

practicando las virtudes

de que me da ejemplo mi divino Salvador.

246 ***Invocación al ángel custodio y a los santos patronos, etc.***

a Santo Ángel de Dios, fiel custodio mío;

ilustres santos N. N. , mis gloriosos patronos,

os suplico por lo mucho que os interesáis por mí

y por el amor que profesáis

a Dios y a su Hijo Jesucristo,

nuestro amable Salvador,

que empleéis vuestro valimiento ante la divina bondad

para alcanzarme

el espíritu del misterio

y la gracia de practicar fielmente

las resoluciones que he tornado.

b Confío mucho

en vuestra caridad e intercesión

considerándoos y honrándoos

como a mis padres y protectores ante Dios

c Y a vosotros todos,

¡oh, bienaventurados ángeles, santos y santas!,

Os pido el mismo favor,

por el amor de Dios

y salvación de mi alma.

Segunda parte: virtud

Explicación de la segunda parte del método

cuando la aplicación versa sobre una virtud en particular

247 Puede uno también en la segunda parte de la oración aplicarse a alguna virtud en particular, y tomarla como asunto de la oración.

Capítulo 11

Qué se entiende por virtud

248 Llámanse virtudes

las acciones santas,

los sentimientos,

las disposiciones y afectos

contrarios a los vicios y pecados.

Por ejemplo,

la castidad se opone a la impureza;

la humildad, al orgullo;

la penitencia, a la sensualidad, etc.

249 Nuestro Señor nos enseñó, con su ejemplo y con sus palabras, la práctica de las virtudes, como cosas necesarias a la salvación, y por eso dijo que El es el camino, porque practicando las virtudes, se anda por el camino del cielo, y se llega a la verdadera, eterna y bienaventurada vida, que hace

infinitamente felices a los ángeles y a los hombres, a quienes se comunica por la participación de la gracia en este mundo, y de la gloria en el otro.

Ahora bien: el grado con que merecemos gozar de tanta dicha corresponde al grado con que practiquemos las virtudes.

250 Ante todo es menester convencerse íntimamente de la necesidad de la virtud sobre la cual versa la oración: lo cual puede hacerse de las dos maneras siguientes:

251 La primera, por un sentimiento de fe, trayendo a la mente un pasaje de la Sagrada Escritura en el cual se exprese dicha virtud. Por ejemplo, para penetrarse de la necesidad de la humildad puede uno recordar este texto de Santiago, cap. 4:

Dios resiste a los soberbios,

y da su gracia a los humildes.

Manteniéndose luego algún tiempo en un sentimiento de respeto interior, fijando la atención mientras tanto en la virtud que se recomienda en dicho texto.

252 La segunda manera de penetrarse de la necesidad de una virtud consiste en hacer algunas reflexiones sobre la misma, propias para convencernos de la necesidad de practicarla.

Es preciso que esas reflexiones estén fundadas en textos de la Sagrada Escritura, y, sobre todo, del Nuevo Testamento.

253 Se puede por ejemplo, hacer esta reflexión sobre la humildad:

Gran desdicha es ¡oh Dios mío!, el ser soberbio,

pues Vos resistís a los soberbios y sois enemigo suyo.

254 O bien esta otra:

Señor, ¡qué felices son los humildes,

pues a ellos

concedéis vuestras gracias!

255 O también:

Dios mío, sois el amigo de los humildes;

¡oh y cuán poderosamente

me excita esto a serlo!

256 Fundado así principalmente en la fe [el que ora], hace luego los nueve actos de la segunda parte aplicándolos a la virtud sobre que versa la oración, la cual virtud debe considerarse en Nuestro Señor, que nos la enseña de palabra y de ejemplo.

Capítulo 12

De los tres actos que se refieren Nuestro Señor

257 Los tres primeros de estos actos se refieren a Nuestro Señor y son: acto de fe,

de adoración

y de agradecimiento.

Del acto de fe

258 Se hace un acto de fe sobre la virtud, creyendo firmemente que Nuestro Señor nos la enseñó y la practicó; y para persuadirse mejor de esta verdad, conviene traer a la mente algún pasaje del Nuevo Testamento.

259 Modo de hacer un acto de fe sobre la virtud de la humildad, considerando a Nuestro Señor enseñándonosla por sus palabras.

Salvador mío Jesucristo,

yo creo con todo mi corazón que me enseñasteis

la virtud de la humildad,

diciendo (Mateo 11):

Aprended de mí

que soy manso y humilde de corazón,

y hallaréis el descanso para vuestras almas.

260 Terminado este acto de fe, puede ocuparse uno en el mismo por medio de discursos y reflexiones numerosas y seguidas; o por algunas reflexiones cortas fundadas en la fe y apoyadas en algún pasaje de la Sagrada Escritura, continuándolas por largo rato; o bien por simple atención a Cristo Nuestro Señor, enseñándonos o practicando la virtud.

Según se expuso más arriba, en la primera parte del método de oración, explicando el modo de entretenerse en la santa presencia de Dios, y según la idea que se da de ello a continuación.

261 ***Modo de ocuparse en el acto de fe***

(Por reflexiones numerosas)

a Divino maestro mío,

me mandáis que aprenda de Vos

a ser humilde de corazón,

a humillarme y a rebajarme voluntariamente

delante de Dios y de los hombres.

No me mandáis aprender de Vos

a hacer milagros,

a resucitar muertos, etc.,

porque esto no es necesario

para agradaros.

Pero me es absolutamente necesario ser humilde;

esto tengo que aprender de Vos

que lo fuisteis infinitamente,

aunque sois

el Señor de los señores y el Rey de los reyes.

b Vos me enseñáis

que si me ensalzo, seré abatido y humillado,

que si no recibo el reino de Dios como un niño

no entraré en él;

que si pretendo ser primero,

en castigo de mi orgullo,

seré el último,

como sucedió

a los ángeles rebeldes,

quienes, por haber querido elevarse,

vinieron a ser las últimas

y más miserables

de todas las criaturas.

Si como ellos me ensalzo,

como ellos seré humillado.

Me es necesario, pues, aprender de Vos

a ser humilde de corazón,

si quiero evitar tamaña desgracia.

c Eso quiero hacer mediante vuestra santa gracia,

la cual os suplico humildemente

os dignéis concederme.

262 ***Puede también ocuparse uno en el mismo acto de fe, considerando las ventajas de la humildad; en esta forma:***

a ¡Qué cosa tan provechosa es el humillarse de todo corazón por vuestro amor, oh Dios mío,

pues es el medio de gozar de la paz y descanso del alma,

como Vos lo enseñáis!

Dais vuestra gracia a los humildes,

y la dais con más abundancia

a los que más lo son

Amáis a los humildes,

los consoláis en sus aflicciones,

los protegéis en sus apuros

y los preserváis en sus peligros;

los salváis y los coronáis de gloria por toda una eternidad.

b ¡Oh Señor! enseñadme, os ruego,

por medio de la luz interior de vuestro Espíritu Santo,

a poner en práctica tan hermosa lección;

quiero aprenderla de Vos,

por más que cueste a mi orgullo;

quiero de continuo y resueltamente rebajarme

y aun aniquilarme querría, si posible fuera,

para atraer a mí vuestra gracia y vuestro Espíritu Santo,

quien sólo en los humildes descansa;

y para merecer vuestro amor,

que es cuanto deseo

en el tiempo y en la eternidad.

c Asistidme, os suplico, divino Salvador mío,

con vuestra santa gracia,

sin la cual no puedo nada.

263 ***Modo de ocuparse en el acto de fe***

(Por reflexiones raras continuadas por largo tiempo)

Puede uno también entretenerse sobre el mismo acto de fe, con una atención mezclada de reflexiones espaciadas y continuadas por largo tiempo, trayendo al efecto a la mente algún texto de la Sagrada Escritura, por ejemplo, este de Nuestro Señor en San Lucas, cap 18:

El que se ensalzara será humillado,

y el que se humillare será ensalzado.

Añadiendo luego una reflexión corta que sirva para mantener dicha sentencia en la mente, y para que el corazón quede penetrado de las ventajas y necesidad de la virtud de la humildad.

264 ***Puede hacerse también esta otra reflexión:***

Es preciso, pues, ¡oh Dios mío!

que yo me humille de todo corazón,

si no quiero ser humillado y abatido en el infierno.

Y después concentrar interiormente toda su atención sobre esta reflexión, todo el tiempo posible.

Cuando no se encuentre ya facilidad en entretenerse sobre dicho texto por medio de la expresada reflexión, se puede hacer otra que tenga relación con el mismo y lo haga presente otra vez al espíritu, y le incite a considerarlo con nuevo afecto.

265 ***Sirva de ejemplo la siguiente:***

¡Qué ventaja tan grande es el humillarse

por vuestro amor, oh Dios mío,

pues es el mejor medio para ser ensalzado

hasta participar de vuestra gloria en el cielo!

266 Este modo de entretenerse por largo tiempo en una virtud por medio de un pasaje de fe produce directamente el excelente efecto siguiente, a saber: que el entendimiento queda convencido de la necesidad y ventajas de la virtud, y el corazón encendido en el deseo de adquirirla y aficionado a su práctica.

267 De esta manera, por medio de reflexiones diversas, se puede entretener uno largo tiempo sobre el mismo texto; y esto contribuye mucho a hacer amar la virtud y la palabra de Dios que nos la enseña.

268 ***Del modo de entretenerse en la oración por simple atención***

Por último, puede el alma entretenerse sobre una virtud por simple atención [del modo siguiente:] al mismo tiempo que se mantiene uno en la presencia de Jesucristo Nuestro Señor, lo considera enseñándonos esta virtud con su palabra y con su ejemplo, [en alguna circunstancia en] que El mismo la está practicando. [Haciendo esta consideración] con un sentimiento de adoración hacia El sin discurrir ni raciocinar, sino con una atención sencilla, respetuosa y afectuosa, y la más viva que le sea posible, permaneciendo en esta disposición interior más o menos tiempo, según se sienta dispuesto y atraído.

269 El fruto y efecto que produce esta clase de oración, cuando uno procede según Dios [le mueve], es inclinar dulce y suavemente el alma a la práctica de la virtud, y dejar en ella una sobrenatural impresión e inclinación hacia la misma: lo que hace que uno se mueva a ella con entusiasmo, que venza valerosamente cuantas dificultades y repugnancias encuentre en ello la naturaleza, que abrace con amor las ocasiones que se presentan de practicarla, que las saboree y en ellas se complazca con indecible satisfacción interior.

270 Puede servirse uno de cualquiera de estas tres formas de ocuparse en la oración acomodándolas a los actos que siguen, según su devoción y disposición.

Del acto de adoración

271 Después de haberse entretenido en el acto de fe de uno de los tres modos arriba expuestos, se hace un acto de adoración, tributando nuestros homenajes a Nuestro Señor que practica esta virtud, y nos la enseña con sus palabras y con su ejemplo; manteniéndose en su presencia con profundo respeto.

Es muy conveniente tributar estos primeros homenajes a Nuestro Señor, pues le son debidos como a Dios Hombre, el cual quiso ser nuestro maestro y modelo.

272 Puede hacerse esto del modo siguiente, representándonoslo ejercitando la humildad con sus Apóstoles, al lavarles los pies:

a Os adoro, Señor mío Jesucristo,

enseñándome la santa virtud de la humildad,

postrado a los pies de vuestros Apóstoles

para lavárselos,

a fin de darme ejemplo.

b Os reconozco,

a pesar de este estado de abyección,

por mi soberano Dios y Señor,

de quien dependo en todas las cosas,

así como

todas las criaturas del cielo y de la tierra.

c Os rindo mis humildísimos homenajes;

anonádome en vuestra santa presencia,

y me quedo, al consideraros,

penetrado de profundísimo respeto

ante Vos, ¡oh Señor y Dios mío!

273 Hecho esto, es preciso mantenerse el espíritu de adoración ante Nuestro Señor todo el tiempo que se pueda.

Del acto de agradecimiento

274 Justo es manifestar a Nuestro Señor el agradecimiento que le debemos, dándole gracias por la bondad que nos manifestó al practicar esta virtud para enseñárnosla, y así, instruirnos y procurar nuestra santificación.

275 ***Lo cual se puede hacer del modo siguiente:***

a Grandísima ingratitud sería de mi parte,

¡oh Dios mío! si no os agradeciese

la bondad que tuvisteis

humillándoos hasta el exceso

de postreros a los pies de unos pobres pecadores

para lavárselos,

y enseñándome con vuestro divino ejemplo

la santísima virtud de la humildad.

Os doy, pues, con todo mi corazón,

las más humildes y profundas acciones de gracias.

b ¡Oh, qué caridad me manifestáis, rebajándoos así

para moverme a humillarme,

a fin de que por este medio

y con el auxilio de vuestra divina gracia,

merezca ser ensalzado hasta Vos,

uniéndome a Vos en esta vida por la gracia,

y en la otra por la gloria,

y haciéndome participar de vuestra bienaventuranza infinita por toda la eternidad!

c Os doy gracias, ¡oh caritativo Salvador mío,

Maestro mío y Dios mío!

quisiera deshacerme

en acciones de gracias

y en agradecimiento.

d Para lo cual os ruego

que supláis mi impotencia, ¡oh amable Jesús!

Capítulo 13

De los tres actos que se refieren a nosotros mismos

276 A los tres actos que se acaban de hacer, deben seguir otros tres referentes a nosotros mismos, a saber:

acto de confusión,

de contrición

y de aplicación.

Del acto de confusión

277 El acto de confusión se hace reconociendo delante de Dios cuán confusos y avergonzados debernos estar por no haber procurado hasta el presente, o a lo menos tan bien como debíamos, practicar esta virtud, recordando al mismo tiempo las principales ocasiones que tuvimos de ello, a fin de sentir así mayor confusión.

278 ***Lo cual puede hacerse de este modo:***

a ¡Cuán confuso debo estar en vuestra santa presencia,

oh Dios mío,

al considerar

el poco cuidado que hasta ahora he tenido

en sentir bajamente de mí y en practicar humillaciones,

a pesar de los prodigiosos ejemplos que me dais

de esta santa virtud!

b La razón de ello

es porque he parado poco la atención en estos ejemplos;

o bien si soy todavía pecador,

es efecto de un secreto desprecio

de vuestras humillaciones y abatimientos,

como si fueran cosa indigna de Vos y de mí.

c He dejado muchas veces de practicar la humildad,

a pesar de haber tenido tan buenas ocasiones,

que Vos me procurabais para mi mayor bien.

¡Pues qué: el Señor del cielo y de la tierra se humilla

hasta lavar los pies

a unos pobres y miserables.

Y yo, desgraciado pecador, que soy nada,

hecho de barro,

no quiero rebajarme!

¡Me cuesta servir en algo

a mis prójimos,

creyéndose mi orgullo humillado con esto!

He faltado

en tales o cuales circunstancias...

He huido de la humillación y desprecios

en tales ocasiones...

d ¡Oh Dios mío, cuánta vergüenza me causa tan indigno proceder!

Del acto de contrición

279 El acto de contrición se hace pidiendo perdón a Dios de las faltas cometidas contra la virtud, haciendo un firme propósito de ser en adelante más fiel en practicarla.

280 ***Lo cual puede hacerse como sigue:***

a Señor mío Jesucristo,

de lo más íntimo de mi corazón,

contrito y humillado

en vuestra santa presencia,

os pido humildemente perdón

por las faltas que he cometido

contra la práctica de esta virtud,

tan querida y grata a vuestro ojos

y a mí tan necesaria y ventajosa.

b Por los méritos de vuestra santa humildad,

perdonadme, os suplico, adorable Salvador mío;

os prometo

mediante vuestra ayuda

ser más fiel en adelante en practicar esta virtud.

Del acto de aplicación

281 El acto de aplicación se hace aplicándose uno a sí mismo la virtud: considerando delante de Dios la gran necesidad que tiene de resolverse a practicarla, fijándose en las ocasiones en que puede y debe hacerlo, y tomando al efecto los medios propios y particulares,

282 ***del modo siguiente:***

a Dios mío, reconozco en vuestra santa presencia

la gran necesidad que tengo de resolverme a practicar

la santa humildad y las humillaciones,

porque soy sumamente orgulloso.

b Pero, a más de esto,

el ejemplo que me dais, Señor,

debe moverme a ello poderosamente.

Y, en efecto;

¿es posible que el Señor de los Angeles y de los hombres,

se postre delante de unas miserables criaturas,

que les lave los pies sucios y fangosos

y se los enjugue

haciendo oficio de vil esclavo?

¿Y a qué fin, Señor, tales excesos?

Es para enseñarme lo que debo hacer.

c Como me lo declaráis Vos mismo,

al acabar esta acción,

diciéndonos:

¿Entendéis lo que acabo de hacer con vosotros?

Vosotros me llamáis Maestro y Señor,

y decís bien, porque lo soy;

pues si yo, que soy el Maestro y Señor,

os he lavado los pies,

debéis también vosotros ¡avaros los pies los unos a los otros. Porque ejemplo os he dado,

para que pensando lo que yo he hecho con vosotros,

así lo hagáis vosotros también.

Como si dijerais:

Si yo,

siendo Dios y Señor de todas las cosas,

me he humillado

hasta lavaros los pies,

no debéis tener dificultad ninguna

en prestaros unos a otros

los servicios más bajos y humildes;

debéis vencer vuestro orgullo

viendo y considerando

a un Dios humillado.

d Pues, como Vos añadís:

El siervo no es mayor que su señor,

ni el discípulo más que su maestro;

y seguís diciendo:

seréis felices si comprendéis estas cosas,

con tal que las pongáis en práctica.

e Así pues, Señor, para instruirme a mí

quisisteis humillaros;

pretendiendo con esto incitarme a humillarme yo también

y no avergonzarme de servir a los demás,

aun en las cosas

más bajas y humillantes;

o a lo menos, a vencer mi vergüenza.

f Al ejemplo, añadís la promesa de que seré feliz

si quiero aprovecharme de él.

g ¡Oh amable Salvador mío!

¿quién podrá no rendirse

a unos atractivos y motivos tan poderosos?

Vuestro ejemplo y vuestras promesas arrebatan mi corazón.

Quiero humillarme, ¡oh Dios mío!

para imitaros

y para ser bienaventurado, según vuestra promesa;

sí, quiero, abatirme

con Vos

y por amor vuestro.

h Hoy

pediré que me manden las cosas más viles.

Tengo repugnancia a tal y tal cosa...,

me mortificaría mucho

si me las mandaran;

si me dieran tal oficio...

si me impusieran

tal penitencia o tal mortificación...

sentiría mucha repugnancia.

Dios mío, por vuestro santo amor

diré y pediré que me ejerciten en estas cosas,

para llegar a hacerme humilde.

i Bendecid, os ruego, Dios mío, estos propósitos

y hacedlos eficaces por vuestra santa gracia.

Capítulo 14

De los tres últimos actos de la segunda parte

283 Después de esos tres actos que se refieren a nosotros mismos, se hacen los tres últimos, que son:

el acto de unión a Nuestro Señor,

el de petición

y el de invocación.

Del acto de unión con Nuestro Señor

284 Se hace un acto de unión al espíritu de Nuestro Señor y a las disposiciones con que practicó y enseñó la virtud, pidiéndole nos haga partícipes de ese espíritu y de esas disposiciones; suplicándole con instancia que nos conceda la gracia de entrar en la práctica de esta virtud, no sólo en lo exterior y como lo hacen los filósofos y la gente del mundo, o por motivos puramente humanos; sino por miradas de fe, y en unión con el espíritu y disposiciones de Nuestro Señor, y movidos de su gracia.

285 ***Lo cual puede hacerse así:***

a Me uno a Vos, divino Salvador mío,

y a las disposiciones interiores

con que practicasteis

la santa virtud de la humildad

¡Cuán anonadado teníais

vuestro espíritu y corazón

ante la majestad de vuestro Padre,

cuando os hallabais postrado

a los pies de vuestros Apóstoles!

Y ¡qué ardiente deseo de reparar,

por tan prodigiosa humillación,

el honor de Dios, vuestro Padre,

ultrajado por el orgullo del primer hombre

y de todos sus descendientes,

y en particular por el mío!

¡Oh!, y cuán digna era de la Majestad divina

esta reparación!

¡Cuán propia para aplacar su cólera

y satisfacer por mi orgullo!

b Os suplico instantemente, Señor,

me hagáis participante

de los sentimientos que entonces teníais;

haced, amable Salvador mío,

que vuestros pensamientos y afectos

sean los míos;

dignaos unir

mi espíritu

y corazón al vuestro.

Que la unción de vuestra santa gracia

me enseñe a ser humilde de corazón

y a practicar la humildad,

no sólo en lo exterior

como las personas del mundo

por política,

sino con miras de fe,

en unión con vuestro espíritu,

en conformidad con vuestras disposiciones

y a imitación vuestra.

c Inclinad y llevad mi corazón al amor y práctica

de las humillaciones y abyecciones.

Haced que guste de ser

desconocido,

menospreciado

y abatido,

para que,

conformándome ahora con vuestras humillaciones,

participe después de vuestra gloria.

Del acto de petición

286 El acto que sigue al precedente es el acto de petición, por el cual pedimos humildemente a Dios Padre nos conceda la gracia de resolvernos a practicar esta virtud, en unión con Nuestro Señor, en quien solamente y por cuyo Espíritu

nos atrevemos a pedirla,

y esperamos alcanzarla.

287 ***Lo cual puede hacerse en esta forma:***

a Dios mío, os suplico muy humildemente

queráis concederme vuestra gracia,

para andar por el camino de la humildad,

según el ejemplo de vuestro Hijo, Nuestro Señor.

Tengo sumo deseo y gran afán

de adquirir esta virtud,

para agradaros,

y atraer a mí vuestro Espíritu Santo,

que no descansa ni se complace

sino en los humildes,

según Vos mismo lo decís

por el profeta Isaías.

b Ayudadme, ¡oh Dios mío!,

pues conocéis mi flaqueza y mi impotencia

para hacer el bien.

Haced, con vuestra gracia,

que ame y desee

las humillaciones y los desprecios;

que me aproveche

de todas las ocasiones

que me deparáis con este fin,

pues son medios necesarios

para adquirir esta virtud.

Haced que, a imitación de vuestro amadísimo Hijo,

me abata delante de todos y a los pies de todos.

Sea mi gusto el servir a los demás,

mirándolos a todos como a mis dueños.

c Os suplico me concedáis esta gracia,

¡Oh celestial Padre mío!

por Nuestro Señor y en unión con El,

pues sólo en El y por su divino Espíritu,

tengo la confianza de pedirlo

y la esperanza de obtenerlo

de vuestra bondad infinita.

Del acto de invocación a los Santos

288 El último acto de esta segunda parte se refiere a los santos a quienes se tiene devoción particular: lo cual se hace suplicándoles con mucha instancia (sobre todo a los que sobresalieron en la práctica de la virtud sobre que ha versado la oración), que se interesen ante Dios para pedirle por nosotros la gracia de practicar esta virtud, manifestándoles la gran confianza que tenemos en su intercesión.

289 ***Puede hacerse de esta manera:***

Invocación a la Santísima Virgen

a Santísima Virgen, Madre de Dios,

que siendo la más noble,

la más santa,

la más perfecta

y la más excelente de todas las criaturas,

fuisteis la más humilde,

poniéndoos por humildad

debajo de todas las cosas;

y por este motivo

habéis sido ensalzada

hasta la dignidad de Madre de Dios:

os suplico

por vuestra santa humildad,

y por el amor que tenéis a esta virtud,

queráis benignamente

alcanzarme de vuestro adorable Hijo

el amor y la práctica de esta virtud,

que tanto amasteis siempre,

y fue la causa de vuestra elevación

a tan alta gloria.

b Yo sé que cuanto pidiereis para mí,

me será infaliblemente otorgado,

porque sois omnipotente

con vuestro amado Hijo.

290 ***Invocación a San José***

a ¡Oh gran San José! que,

siendo de la familia real de David,

quisisteis vivir en una profesión

pobre, abyecta y trabajosa

por amor de Dios,

para así quedar oculto y desconocido al mundo,

mereciendo por la grandeza de vuestra humildad,

ser elevado a la dignidad

de esposo de la Madre de Dios,

y considerado como padre

del Hijo de Dios hecho hombre:

b Os suplico, por el honor divino,

queráis pedir a Dios,

en unión con vuestra Santísima Esposa,

me conceda la gracia de adquirir esta virtud,

por medio de la práctica constante de ella.

291 ***Invocación a San Miguel, al ángel custodio y a los santos del cielo***

a ¡Oh ilustre san Miguel!,

que por vuestra profunda humildad

merecisteis

ser hecho príncipe de todos los coros angélicos

y elevado a la altísima gloria

de que gozáis:

b Os suplico me ayudéis

con vuestra santa intercesión

a alcanzar de Dios,

el amor y práctica de esta virtud.

c ¡Oh mi caritativo ángel custodio,

y vosotros todos bienaventurados espíritus,

que por vuestra humildad

merecisteis

ser confirmados en gracia y en gloria;

d Santos N. N., mis gloriosos patronos;

san Juan Bautista,

San Pedro, San Pablo

(santos de mi devoción N., etc.),

que agradasteis a Dios,

mereciendo

así gran crédito ante El

y la gloria de que gozáis,

mediante la práctica de todas las virtudes

y especialmente de la humildad;

confío mucho en vuestra intercesión.

e Por lo cual os ruego me ayudéis

con vuestro auxilio a hacerme humilde,

para gloria de Dios

y salvación mía.

Segunda parte: máxima

Explicación de la segunda parte del método de oración

cuando la aplicación versa sobre una máxima

292 Podemos aplicarnos también en la segunda parte de la oración a la consideración de una máxima del santo Evangelio, tomándola como asunto de ella.

Capítulo 15

Qué se entiende por máxima

293 Llámanse máximas las sentencias o textos de la Sagrada Escritura que contienen verdades necesarias a la salvación; palabras interiores que nos dan a conocer

lo que debemos hacer o evitar,

lo que debemos estimar o menospreciar,

lo que debemos buscar o rehuir,

amar u odiar, etc.

El Nuevo Testamento está lleno de ellas.

294 Entre estas máximas o sentencias, algunas contienen verdades de precepto, e imponen la obligación de practicar lo que enseñan. Por ejemplo, éstas:

Perdonad y se os perdonará.

No juzguéis y no seréis juzgados.

Las cuales son de precepto, porque Nuestro Señor manda positivamente practicarlas bajo pena de condenación.

Otras son de consejo, pues su práctica no es absolutamente necesaria a la salvación; sino que se nos proponen únicamente como medios necesarios para adquirir mayor perfección; como esta:

Si quieres ser perfecto,

vende todo cuanto tienes y dalo a los pobres,

y tendrás un tesoro en el cielo;

después de esto, ven y sígueme.

(San Mateo, cap. 19)

295 Algunas son claras e inteligibles, esto es, fáciles de entender; como ésta:

Amad a vuestros enemigos;

haced bien a los que os aborrecen;

rogad a Dios por los que os persiguen y calumnian.

(San Mateo, cap. 5)

Otras son oscuras y difíciles de entender, y necesitan, por lo tanto, explicación; por ejemplo, las siguientes:

Si tu ojo te sirve de escándalo y tropiezo,

sácalo y échalo lejos de ti

(San Mateo, cap.5).

Si alguno viene a mí

y no aborrece a su padre y a su madre, etc.,

no puede ser mi discípulo

(San Lucas, cap. 14)

Y muchas otras parecidas, que no deben tomarse al pie de la letra.

296 Lo primero que se ha de hacer cuando la oración ha de versar sobre una máxima es penetrarse interiormente de la necesidad o utilidad de ella, por un sentimiento de fe, trayendo a la mente el pasaje de la Sagrada Escritura en que está expresada.

297 Llámase espíritu de una máxima la impresión santa y el efecto saludable que debe producir, cuando se medita y entiende debidamente; como en ésta que sirve aquí de materia para la oración:

¿Qué aprovecha al hombre ganar todo el mundo

si pierde su alma?

(San Mateo, cap. 16).

Esta máxima bien ponderada y saboreada, convence el entendimiento de que no puede haber verdadera fortuna sino en ganar la gloria eterna; que no hay cosa verdaderamente provechosa en el mundo fuera de lo que nos puede ayudar a salvar nuestra alma; y que no hay verdaderos bienes sino en el cielo; inspira gran desprecio de cuanto aman y buscan los mundanos con tanto afán; desprende el corazón de los bienes perecederos, falsos y transitorios de la tierra, para no aficionarse sino a los del cielo, que son verdaderos, permanentes y eternos.

298 El espíritu de esta máxima:

Si alguno quiere venir en pos de mí,

niéguese a sí mismo, y tome su cruz

y sígame

(San Mateo, cap. 16),

es hacerse violencia para resistir a la inclinación viciosa que nos lleva a lo malo, y vencer la repugnancia y dificultad que hallamos en la práctica de la virtud; recibir con sumisión a la santa voluntad de Dios, y como venidas de sus manos, todas las aflicciones, penas y adversidades, y sufrirlas con paciencia, por amor de Jesucristo y a imitación suya.

299 El espíritu de esta otra:

El que quisiere salvar su vida la perderá,

mas el que perdiere su vida por mí,

la conservará para la vida eterna

(San Mateo, cap. 16),

consiste en despreciar y rehuir los placeres sensuales, y no buscar las comodidades de la naturaleza; no temer, a lo menos voluntariamente, los sufrimientos y mortificaciones, y mucho menos, huir de ellos; hacer penitencia de buena gana, sobrellevar con paciencia los trabajos, sobre todo los que son de obligación y como inherentes al propio estado, menospreciando el temor de que [por ellos] podría perderse la salud, haciendo, por el contrario, de todo corazón, el sacrificio de ella al Señor, animándose con estas palabras del Evangelio:

Que quien perdiere la vida por su amor

la conservará.

300 El espíritu de esta máxima era el que hacía volar con tanta alegría al martirio a los primeros cristianos; el que daba valor a los antiguos Padres del desierto para imponerse aquellas austeridades tan excesivas y prolongadas con tanto ánimo y constancia. Y Jesucristo Nuestro Señor ha cumplido con ellos su promesa, no sólo en el cielo, dándoles una vida bienaventurada y eterna, sino también en la tierra, concediendo a los más de ellos una larguísima vejez exenta de enfermedades.

301 Lo mismo puede decirse de las demás máximas, porque todas tienen un espíritu propio y peculiar.

Capítulo 16

De los tres actos que se refieren a Nuestro Señor

302 Fundada así el alma en la fe, se hacen luego los actos de la segunda parte, de los cuales los tres primeros se refieren a Nuestro Señor y son:

acto de fe,

de adoración

y de agradecimiento.

Del acto de fe

303 Se hace un acto de fe sobre la máxima, representándose a Nuestro Señor enseñándola y manifestándole cuán firmemente creemos que es El quien nos la ha enseñado. Y para mejor persuadirse de esta verdad, habrá que traer a la mente el pasaje del Nuevo Testamento en que está expresada la máxima.

304 ***Por ejemplo, si quiere uno hacer oración sobre la importancia de la salvación, puede hacer un acto de fe en esta forma:***

a Creo con todo mi corazón, Señor mío Jesucristo,

que Vos sois quien me habéis enseñado esta máxima:

¿De qué le servirá al hombre ganar todo el mundo,

si al fin pierde su alma?

b Yo creo ¡oh Dios mío! esta verdad, a saber,

que no estoy en este mundo

más que para trabajar en la salvación de mi alma;

y que sólo estoy en la tierra

para emplearme en merecer el cielo,

amándoos y guardando vuestros mandamientos;

siendo vuestro intento,

al crearme y llamarme a la religión,

que,

con el buen uso del tiempo

y de las gracias que me dais,

y por medio de las buenas obras

propias de mi vocación,

me haga digno

(en cuanto de mí dependa,

con la ayuda de vuestra santa gracia),

de una vida bienaventurada y eterna.

Creo que aun cuando ganase el mundo entero,

si perdiese mi alma, lo pierdo todo.

c Vos, ¡oh Dios mío!,

sois quien me enseñáis esta verdad;

haced, os suplico, que esté bien convencido de ella,

por vuestra gracia y la virtud del Espíritu Santo.

305 Después de haber hecho el acto de fe, conviene, antes de hacer el acto que sigue, permanecer unos instantes en la disposición interior que debe producir en el alma, fijando bien la atención en Jesucristo presente, y en la verdad contenida en la máxima que El mismo nos enseña: y esto más o menos tiempo, según el atractivo interior que se sintiere.

Lo mismo debe observarse en cada uno de los demás actos, antes de pasar al siguiente.

306 Puede uno entretenerse luego, acerca del acto de fe sobre la máxima, por reflexiones continuadas o por simple atención, del modo que se expuso más arriba en la explicación del método; lo cual puede fácilmente aplicarse al presente asunto y a cualquier otro; por lo que no se dirá nada de ello en este lugar.

Del acto de adoración

307 Se hace un acto de adoración, rindiendo nuestros homenajes a Cristo Nuestro Señor al enseñarnos la máxima, manteniéndose con esa atención en profundo respeto para con él.

308 ***Puede hacerse del modo siguiente:***

a Señor y Dios mío,

os rindo mis humildísimas adoraciones,

[mientras os considero] enseñándome esta máxima,

y con ella

la importancia de la salvación de mi alma;

escucho con respeto vuestra celestial doctrina,

cuyo conocimiento y práctica me son tan necesarios.

b Os reconozco por el Maestro enviado de Dios,

teniendo bien presente la prohibición que nos hacéis en el santo Evangelio

de arrogarnos ese título,

al decirnos que Cristo es nuestro único Maestro.

Confieso, con San Pedro,

que sois el Cristo, el Hijo de Dios vivo,

y que tenéis palabras de vida eterna.

c Os adoro como a tal,

en unión con todos los ángeles y hombres;

y me anonado a vuestros pies,

movido del profundísimo respeto que os tengo,

y con el cual quiero siempre

estar en vuestra santa presencia,

y escuchar con humildad y docilidad

vuestra santa palabra,

que es vida de mi alma.

d Adoro esa divina verdad en Vos y fuera de Vos,

como salida de vuestros sagrados labios,

para manifestarse a mi espíritu,

en el cual os suplico

la imprimáis profundamente,

así como en mi corazón.

Del acto de agradecimiento

309 Hácese este acto dando gracias a Nuestro Señor por la bondad que nos mostró enseñándonos la máxima para nuestra instrucción y santificación.

310 ***Del modo siguiente:***

a ¡Cuánto os agradezco, oh Dios mío,

la bondad que me mostrasteis

enseñándonos esta máxima,

por la cual nos dais a conocer

cuál sea la importancia de nuestra salvación!

Semejante verdad

no podía enseñárnosla dignamente

sino un Maestro como Vos, ¡oh Señor!,

que os dignasteis bajar del cielo a la tierra,

para manifestárnosla,

para disipar nuestras tinieblas,

y hacernos participantes de vuestra admirable luz.

b Gracias os doy por ello, divino Maestro mío,

con todo mi corazón y con toda mi alma.

c Y para manifestaros mi agradecimiento,

[desde ahora] no pensaré sino en salvar mi alma,

trabajando fielmente en su santificación,

por los medios que Vos me enseñáis.

d Asistidme, a este fin, Dios mío, con vuestra gracia,

pues reconozco que sin ella nada puedo.

Capítulo 17

De los tres actos que se refieren a nosotros mismos

311 Después de esos tres actos se hacen los siguientes, referentes a nosotros mismos, a saber:

acto de confusión,

de contrición

y de aplicación.

Del acto de confusión

312 Se hace el primero, reconociendo delante de Dios cuán gran motivo de confusión tenemos por no habernos esforzado hasta el presente, o por lo menos no tan bien como debíamos, en adquirir el espíritu de la máxima, ni en practicarla pensando en las principales ocasiones en que se dejó de obrar conforme a este espíritu, para así mover el alma a mayor confusión.

313

a Dios mío, ¡cuánto me avergüenzo

al recordar, en vuestra santa presencia,

lo poco que he conformado mi vida

con el espíritu de esta máxima,

desde que con el uso de la razón,

aprendí, por vuestra santa doctrina,

que me creasteis y pusisteis en este mundo

sólo para aplicarme a conoceros, amaros y serviros,

cumpliendo vuestra santa voluntad

por medio de la observancia de vuestros divinos mandamientos y de las obligaciones de mi estado!

b ¡Cuántas veces me he expuesto de buena gana

al peligro de perder mi alma para siempre

no por ganar todo el mundo,

sino por gozar de un vil, vergonzoso y corto placer,

de una gloria vana,

de una satisfacción pasajera

y de un interés baladí.

Reconozco y confieso, ¡oh Dios mío!,

que esto me sucedió en varias circunstancias,

y particularmente en tales y tales...

¡Cuánta vergüenza me causa, oh divino Salvador mío!

c Os suplico que ella me ayude a satisfacer a vuestra justicia.

Del acto de contrición

314 Se hace un acto de contrición, pidiendo perdón a Dios por las faltas que se han cometido contra el espíritu de la máxima, formando el propósito de ser en adelante más diligente en adquirirlo.

315 ***De esta manera:***

a Lleno de dolor, ¡oh Señor y Dios mío!

por mi vida

tan contraria al espíritu de esta santa máxima,

os pido perdón con toda humildad.

b Penetrado estoy de pesar,

y tanto más, cuanto que reconozco

haberos desagradado y ofendido mucho en esto,

pues, descuidando mi salvación,

he despreciado

vuestra divina majestad,

vuestra benevolencia y amistad,

que debía estimar infinitamente

y preferir

a todos los honores, placeres y bienes

de la tierra.

c Perdonadme, Señor,

tan mal proceder,

que detesto con toda mi alma.

d Os prometo, ¡oh Dios mío!

anteponer en adelante mi salvación a todas las cosas,

para conservar vuestra gracia y vuestro amor,

que es lo que únicamente deseo.

En adelante diré en toda circunstancia,

lo que aquel antiguo solitario:

Quiero salvar mi alma.

e Para esto necesito vuestra santa gracia,

divino Salvador mío,

pues sin ella nada puedo:

os la pido humildemente,

por el deseo que Vos mismo tenéis de mi salvación.

Del acto de aplicación

316 Hácese este acto, aplicándose a sí mismo la máxima: considerando delante de Dios la mucha necesidad que tenemos de entrar en su espíritu; deteniendo particularmente la atención en las ocasiones en que se puede y debe ejercitar; adoptando, con este fin, los medios adecuados y concretos.

317 ***Lo cual puede hacerse de este modo:***

a ¡Cuánto reconocimiento os debo,

Señor mío Jesucristo,

por la bondad que os movió

a bajar del cielo a la tierra

para enseñarme una verdad

tan importante para mi alma!

b Reconozco la gran necesidad que tengo

de impregnar mi espíritu y corazón de esta divina máxima,

y tanto más que, si me descuido de practicarla,

me perderé,

según me lo advierte vuestro siervo Moisés

con estas palabras:

El Señor vuestro Dios

os suscitará de entre vuestros hermanos

un profeta semejante a mí;

escuchad cuanto os diga;

cualquiera que rehusare oírle,

será exterminado de en medio del pueblo.

c Vos sois, Señor, ese divino Profeta,

cuyas palabras son espíritu y vida;

pues dan el Espíritu de Dios, y la vida eterna

a los que las escuchan con humildad y docilidad,

y las practican fielmente.

d Reconozco ¡oh Dios mío!

que si pierdo mi alma, lo pierdo todo,

y que si la salvo, todo lo gano;

por lo tanto, nunca quiero preferir nada a mi salvación.

e Y desde hoy,

si me apremia desordenadamente el deseo

de aprender las cosas exteriores,

como el escribir, calcular

y otras semejantes,

aunque

necesarias o convenientes a mi empleo,

y aunque tenga permiso para dedicarme a ellas,

me convenceré

de que nada de todo esto debe compararse,

ni menos preferirse,

a los ejercicios espirituales, que están establecidos

para mi salvación.

Si me asaltase el deseo o pensamiento

de ocupar en estas cosas el tiempo destinado

a los ejercicios espirituales, o una parte de él,

me diré a mí mismo:

¿De qué me servirá ser

uno de los más eruditos en tales cosas,

si pierdo mi alma,

descuidando lo que puede contribuir a mi salvación?

f Y dado caso que el afán

de procurar el bien temporal de la casa

me lleve a emplear en ello,

sin absoluta necesidad,

o sin orden de la santa obediencia,

el tiempo de la lectura espiritual, oración, etc.;

g o que la codicia me excite

a recibir algo

de los alumnos o de sus padres,

contra mis reglas y mis votos,

me armaré de este pensamiento:

¿De qué me servirá ganar el mundo entero,

si después de todo pierdo mi alma?

h Aún más; si con pretexto de celo indiscreto y desordenado, me siento inclinado

a trabajar en la salvación de los demás

de tal manera que perjudique a mi propia salvación,

me valdré, para rechazar al enemigo,

de la misma arma espiritual

que mi Salvador me pone en las manos, diciendo:

¿De qué me serviría ganar el mundo entero

y procurar la salvación de todas las almas,

si con todo esto pierdo la mía?

i Concededme, os suplico, amado Jesús mío,

vuestro Espíritu Santo y vuestra gracia,

para que me ayude y sostenga en mi extrema flaqueza.

Capítulo 18

De los tres últimos actos de la segunda parte

318 Los tres últimos actos de esta segunda parte son:

el acto de unión a Nuestro Señor,

el de petición

y el de invocación a los Santos.

Del acto de unión a Nuestro Señor

319 Hácese el acto de unión a Nuestro Señor, uniéndose a su espíritu y a las disposiciones interiores con que enseñó la máxima; pidiéndole que nos dé parte de ese espíritu y disposiciones; suplicándole con instancia nos conceda la gracia de inspirarnos el espíritu de la máxima y de practicarla.

320 ***Del modo siguiente:***

a Divino Maestro mío, concededme, os suplico, la gracia

de unirme a vuestro Espíritu

y a las santas disposiciones interiores

con que enseñasteis

esta gran verdad,

que de nada sirve ganar el mundo entero

si se pierde el alma.

b ¡Qué aversión tenía vuestro santo Espíritu

a todas las vanidades del mundo

y a los placeres de esta miserable vida!

¡Con qué desprecio mirabais

las grandezas perecederas!

Buena prueba disteis de ello,

pues pudiendo gozar de estas cosas,

disponer y poseer reinos, imperios,

y todo cuanto contiene el universo,

por ser verdadero señor y dueño soberano

de todas las cosas,

huisteis y os ocultasteis

cuando la gente quiso proclamaros rey:

para enseñarnos,

con vuestro ejemplo,

lo mismo que con vuestras palabras,

a despreciar todo lo que pasa con el tiempo,

para no cuidarnos de otra cosa,

sino de lo que pueda contribuir a la salvación de nuestras almas.

c Únome a Vos, amable Salvador mío,

y a vuestros sentimientos,

y suplícoos que vuestro espíritu

y corazón divino

enseñen a mi espíritu

y corazón,

el desprecio de todo lo que el mundo ciego

estima

y busca con tanto afán.

d Decid a mi alma

con una palabra interior, poderosa y eficaz:

¿De qué sirve al hombre ganar, etc.?,

y yo diré con vuestro profeta Samuel:

Hablad, Señor, que vuestro siervo escucha.

Del acto de petición

321 Se hace un acto de petición, suplicando muy humildemente a Dios Padre se digne concedernos por mediación de Jesucristo, el espíritu de la máxima y la gracia de practicarla.

322 ***Lo cual puede hacerse así:***

a ¡Padre Eterno!,

que en atención a vuestro Hijo amantísimo,

permitís que yo también os llame Padre mío celestial.

En nombre de ese Hijo querido,

me atrevo

a pediros con toda humildad

el espíritu de esta máxima,

que tuvo a bien enseñarnos.

Vos nos dijisteis, cuando se transfiguró en el Tabor,

que era vuestro Hijo amado

en quien os complacíais,

mandándonos escucharle,

como a nuestro maestro que nos enseña

la verdad,

y el camino

que conduce a la verdadera vida.

b Suplícoos, ¡oh Dios mío!

por la bondad que me mostráis

aceptando ser mi Padre,

me deis

espíritu de inteligencia

y docilidad de corazón,

para recibir su santa doctrina

en el fondo de mi alma.

c Grabad, os suplico, con vuestro divino dedo

(que es el Espíritu Santo)

en lo más secreto de mi corazón,

esta divina máxima:

¿De qué sirve al hombre ganar el mundo entero,

si pierde su alma?,

para que no busque ni desee

sino el reino de Dios y su justicia,

por medio de la práctica de las virtudes;

dignaos concederme esta gracia,

en unión con Nuestro Señor

y por Nuestro Señor

en quien sólo y por cuyo espíritu,

me atrevo a pedírosla,

con la esperanza de alcanzarla de vuestra bondad.

Del acto de invocación a los Santos

323 Se hace un acto de invocación, rogando a los Santos de nuestra mayor devoción, y sobre todo a los que practicaron mejor y más perfectamente la máxima, se interesen ante Dios, para suplicarle nos dé el espíritu de ella y la gracia de practicarla.

324

a Virgen Santísima y digna Madre de Dios,

que todo lo podéis ante vuestro amadísimo Hijo,

alcanzadme de su divina misericordia

la gracia que necesito

para despreciar todo lo que se oponga

a la salvación de mi alma,

y preferir ésta a todos los bienes de la tierra.

b Gran San José,

santo ángel custodio mío,

santos Patronos míos N. N.;

santos apóstoles,

que todo lo dejasteis para seguir a Jesucristo,

particularmente vosotros,

San Mateo y San Bernabé;

gloriosos mártires,

que preferisteis morir

en los mayores tormentos

antes que exponeros a perder vuestra alma;

y vosotros, santos anacoretas y religiosos,

que despreciasteis el mundo

con sus bienes y esperanzas,

por el amor de Dios

y para asegurar vuestra salvación:

c Alcanzadme del Señor los sentimientos

de que su gracia llenó vuestros corazones.

d Espero muy confiadamente en vuestra intercesión.

Advertencia

325 Como la primera y segunda parte del método de oración contienen cada una nueve actos, quizás el crecido número de éstos podría embarazar a los que queriendo insistir más en la segunda, no hallasen tiempo suficiente para ello. [Con el fin de remediar esta dificultad], se proponen a continuación algunos medios.

326 El primero es hacer brevemente y con pocas palabras los actos de la primera parte, deteniéndose muy poco en ellos.

El acto de fe sobre la presencia de Dios, por ejemplo, puede hacerse así: Dios mío, estáis presente en mí, como en vuestro templo.

Y luego permanecer un rato recogido con atención a Dios presente en nosotros mismos.

El acto de adoración:

Dios mío, os adoro.

Y permanecer con el espacio de un Pater noster, adorando a Dios interiormente, con reverencia.

El acto de agradecimiento.

Dios mío, os doy gracias.

Y quedar poco más o menos el mismo tiempo ejercitando este afecto de agradecimiento.

Y así de los demás.

327 El segundo medio consiste en hacer un solo acto interior que implícitamente contenga el sentimiento de todos los demás, esto es, sin distinguirlos ni actuarlos por actos formales y verbales, presentándose delante de Dios en espíritu de adoración interior, con simple mirada de fe de su divina presencia, de su suprema grandeza y excelencia infinita, de agradecimiento por sus beneficios, de humildad por nuestra bajeza y nada, de confusión y contrición por nuestros pecados; de aplicación, de unión y de invocación, en razón de la necesidad que tenemos de los méritos de Nuestro Señor, de estar unidos a El, y de ser movidos de su divino Espíritu; pidiendo todo esto con un deseo del corazón, manifestándolo con sencillez a Nuestro Señor.

Puede hacerse todo esto, y otros varios actos, como de esperanza, amor, resignación, etc., y en muy poco tiempo, como el espacio de un Miserere, poco más o menos.

Dicho proceder es fácil para quien es verdaderamente interior, anda lo más que puede en la presencia de Dios, tiene siempre recogidos los ojos y el espíritu, guarda exacto silencio, ocupándose exclusivamente en lo que es de su cargo, y tiene un corazón del todo rendido a la obediencia.

328 El tercero consiste en hacer únicamente el acto de fe en la presencia de Dios con el de adoración, y pasar luego a la segunda parte, omitiendo los demás actos.

329 El cuarto consiste en no empeñarse en hacer todos los actos de la segunda parte en una misma oración, sino dos o tres solamente, y aun uno solo, que será el objeto de nuestra aplicación; haciéndolos todos así, cada uno por su orden, en distintas oraciones, repitiendo brevemente los que se hubieren hecho en la oración u oraciones anteriores, o bien omitiéndolos del todo, para pasar desde luego a aquellos o a aquel que se quiere ejercitar.

Este modo de proceder parece además de verdadera utilidad para captar mejor el sentido y espíritu de los diferentes actos, y penetrarse más interiormente de ellos; cuidando, sin embargo, de tomar las resoluciones o renovar las tomadas ya antes; [advirtiendo que] dichas resoluciones pueden repetirse varios días seguidos, sobre todo cuando se nota que no se han cumplido bien, o que todavía tiene uno necesidad de ellas.

330 El quinto, en fin, se refiere al caso en que uno se sienta movido por una interior y suave atracción hacia algo en que no había pensado antes, como al amor de Dios, a manifestarle su confianza o sumisión a pedirle algo con instancia y confianza, para sí o para el prójimo; o a reflexionar sobre alguna palabra de Dios: es preciso entonces seguir ese atractivo u otro parecido, según Dios, la fe y la perfección del propio estado; y digo que es preciso seguirlo todo el tiempo que a Dios plazca entretenernos en él, por ser señal de que tal es entonces la voluntad de Dios: lo cual se conoce cuando sale uno de la oración con nuevo deseo de cumplir bien las propias obligaciones, por amor a Dios y por darle gusto.

331 Esta segunda parte puede servir también para hacer oración sobre las postrimerías, los pecados, o alguno de nuestros mandamientos [de nuestra Sociedad], etc.

Tercera parte

Explicación de la tercera parte del método de oración, que consiste en tres actos

332 El primero es una revista de lo que se ha hecho en la oración;

el segundo, de agradecimiento;

el tercero, de ofrecimiento.

Todo esto debe hacerse en poco tiempo

Acto de revista

333 Se hace esta revista repasando en la mente las principales cosas que se han hecho en la oración, los sentimientos que Dios nos ha comunicado y nos parecen más prácticos y de más aplicación, y pensando en el fruto que de ella podemos sacar.

334 ***Lo cual puede hacerse de este modo:***

a Señor, ¿qué he hecho en mi oración?

b Empecé poniéndome en la santa presencia de Dios,

considerándole, por ejemplo,

en mí mismo como en su reino;

he tributado mis homenajes a Dios,

con un acto de adoración, etc.

c Me he ocupado en tal materia,

por ejemplo, esta máxima:

¿De qué servirá al hombre, etc.?

d He concebido tales buenos sentimientos,

por ejemplo, que si perdiese mi alma,

lo perdería todo;

que no debo jamás preferir nada a mi salvación.

Estos sentimientos pueden serme siempre

muy útiles y provechosos en mi estado.

e He tomado tales resoluciones ...

Si uno no las hubiese tomado todavía, debería tomarlas en este momento, sin falta,

Del acto de agradecimiento

335 Se hace este acto dando gracias a Dios por los favores que nos ha hecho en la oración, por los buenos sentimientos que nos ha dado en ella, y por los afectos que nos ha hecho concebir para bien de nuestra alma, y para nuestro adelantamiento en la virtud.

336 ***Lo cual puede hacerse del modo siguiente:***

Dios mío, os doy gracias con todo mi corazón

por las que de vuestra divina bondad

he recibido en la oración;

por los buenos sentimientos

que en ella me habéis dado;

por los afectos

que mediante vuestra gracia he ejercitado,

particularmente por tales y tales ... ;

por las resoluciones que he formado

para bien de mi alma,

y para mi adelantamiento

en la virtud y perfección.

Del acto de ofrecimiento

337 Hácese por fin este último acto, ofreciendo a Dios nuestra oración, las resoluciones que en ella hemos tomado, y la disposición en que estamos de cumplirlas; ofreciéndonos también nosotros mismos a Dios, con todas nuestras acciones y toda nuestra conducta durante el día.

338 ***En esta forma:***

a Dios mío, os ofrezco mi oración,

los buenos propósitos

que mediante vuestra gracia he formado,

y la disposición en que estoy

de cumplirlos.

b Suplicándoos muy humildemente

os dignéis bendecirlos,

y hacerme la gracia de ser fiel

en ponerlos por obra.

c Ofrézcome también a mí mismo a Vos, ¡oh Dios mío!

con todas mis acciones y toda mi conducta

durante el día.

d Dignaos aceptar os suplico, Dios mío, el deseo que tengo de agradaros a Vos sólo,

y de glorificaros perfectamente,

cumpliendo incesantemente

vuestra santísima voluntad.

Invocación a la Santísima Virgen

339 Se concluye la oración, poniendo bajo la protección de la Santísima Virgen cuanto en ella se ha hecho, concebido y resuelto, para que lo ofrezca a su queridísimo Hijo, y por este medio alcancemos de El las gracias necesarias para practicar la virtud o la máxima sobre que se ha hecho oración.

340 ***Lo cual puede hacerse del modo siguiente:***

a Santísima Virgen, dignísima Madre de Dios,

y también mi buena Madre y abogada,

mi refugio y protectora,

a Vos me dirijo con profunda humildad,

como en quien, después de Dios,

pongo toda mi confianza,

para suplicaros os dignéis recibir bajo vuestra protección mi oración, mis resoluciones

y todo cuanto en ella he concebido.

b Suplicándoos muy humildemente

lo bendigáis todo,

y me alcancéis además la bendición de vuestro amadísimo Hijo; dignaos ofrecérselo todo,

suplicándole me conceda, en atención a Vos,

las gracias que necesito

para cumplir mis resoluciones,

practicar la virtud (o la máxima)

sobre la cual he hecho oración,

para mayor gloria de Dios,

honra vuestra y salvación de mi alma.

Sub tuum praesidium...

u

O Domina mea...